



# Gestaltning av Sveaparken i Hedemora

– Hur kan rumslighet gestaltas för att gynna mental återhämtning?

---

*A Program Proposal for the Svea Park in Hedemora – How can Spatiality Be Designed to Engender Restoration?*

Magnus Melin

Självständigt arbete • 15 hp  
Sveriges lantbruksuniversitet, SLU  
Fakultet för naturresurser och jordbruksvetenskap  
Institutionen för stad och land  
Landskapsarkitektprogrammet, Ultuna  
Uppsala 2022



# Gestaltning av Sveaparken i Hedemora – Hur kan rumslighet gestaltas för att gynna mental återhämtning?

*A Program Proposal for the Sveapark in Hedemora — How can Spatiality Be Designed to Engender Restoration?*

Magnus Melin

**Handledare:** Viveka Hoff, Sveriges lantbruksuniversitet, institutionen för stad och land  
**Examinator:** Vera Vicenzotti, Sveriges lantbruksuniversitet, institutionen för stad och land

**Omfattning:** 15 hp  
**Nivå och fördjupning:** Grundnivå, G2E  
**Kurstitel:** Självständigt arbete i landskapsarkitektur  
**Kurskod:** EX0861  
**Program/utbildning:** Landskapsarkitektprogrammet, Ultuna  
**Kursansvarig inst.:** Institutionen för stad och land

**Utgivningsort:** Uppsala  
**Utgivningsår:** 2022  
**Omslagsbild:** Magnus Melin  
**Upphovsrätt:** Alla bilder i arbetet används med erforderliga tillstånd.  
**Elektronisk publicering:** <https://stud.epsilon.slu.se>

**Nyckelord:** mental återhämtning, vederkvickelse, avkoppling, preferensmatrisen, uppmärksamhetsåterhämtningsteorin, A.R.T., gestaltning, stadspark, rumslighet, spatialitet, skissande, Hedemora, Sveaparken.

## Sveriges lantbruksuniversitet

Fakultet för naturresurser och jordbruksvetenskap  
Institutionen för stad och land  
Avdelningen för landskapsarkitektur

## Publicering och arkivering

Godkända självständiga arbeten (examensarbeten) vid SLU publiceras elektroniskt. Som student äger du upphovsrätten till ditt arbete och behöver godkänna publiceringen. Om du kryssar i **JA**, så kommer fulltexten (pdf-filen) och metadata bli synliga och sökbara på internet. Om du kryssar i **NEJ**, kommer endast metadata och sammanfattning bli synliga och sökbara. Fulltexten kommer dock i samband med att dokumentet laddas upp arkiveras digitalt.

Om ni är fler än en person som skrivit arbetet så gäller krysset för alla författare, ni behöver alltså vara överens. Läs om SLU:s publiceringsavtal här: <https://www.slu.se/site/bibliotek/publicera-och-analysera/registrera-och-publicera/avtal-for-publicering/>.

JA, jag/vi ger härmed min/vår tillåtelse till att föreliggande arbete publiceras enligt SLU:s avtal om överlåtelse av rätt att publicera verk.

NEJ, jag/vi ger inte min/vår tillåtelse att publicera fulltexten av föreliggande arbete. Arbetet laddas dock upp för arkivering och metadata och sammanfattning blir synliga och sökbara.

## Sammanfattning

En av parkers viktiga funktioner är den rekreation och välmående som de ger dess besökare, och det skulle vara värdefullt om dessa effekter kunde förstärkas ytterligare. Syftet med denna uppsats är att undersöka hur gestaltningen kan förbättra dessa funktioner med ett fokus på att gestalta rumsligheter. Uppsatsen har använt forskning från två teorier: Den första uppmärksamhetsåterhämtningsteorin (U.Å.T.) vilket beskriver fyra egenskaper som gynnar återhämtning, 1) att vara någon annanstans, 2) vidsträckthet 3) fascination och 4) kompatibilitet och den andra preferensmatrisen vilket menar att vi trivs på platser som både stimulerar oss till utforskning och samtidigt förmedlar en förståelse av vad platsen handlar om.

Därefter har en gestaltning av den nuvarande stadsparken i Hedemora gjorts med fokus på att skapa olika typer av rumsligheter (med växter) för att generera egenskaperna som de två teorierna beskriver. Hur rumsligheterna skulle gestaltas var baserade på de två teorierna anpassat efter platsens förutsättningar.

Gestaltningen visade att rumslighet var ett bra angreppssätt för att skapa dessa egenskaper, de viktigaste resultaten blev den stora mängden små rumselement (buskar) i midje och ögonhöjd som användes. Både bredvid gångvägar vilket e.g. stimulerar utforskning) och i platser för vila eller social interaktion vilket bidrar till e.g. 1,3 och 4 i U.Å.T. Ett annat resultat var träd och högre buskar vilka användes för att definiera parkens gränser och avskärma vissa delar av den.

*Nyckelord:* mental återhämtning, vedervickelse, avkoppling, preferensmatrisen, återhämtningsteorin, gestaltning, stadspark, Hedemora, Sveaparken, rumslighet, skissande, biofil

## Abstract

One of the parks important functions is how it restores the wellbeing and cognitive functions of its visitor, and it would be valuable if these effects could be amplified. The purpose of this essay is to investigate how the design could amplify these functions with a focus on designing spaciousness in different forms and expressions. The essay has used two theories for this: The first Attention Restoration Theory (A.R.T.) which describes four qualities that engender restoration, 1) Being away, 2) Extent, 3) Fascination and 4) Compatibility. The second is the Preference Matrix which proposes that we prefer places which both stimulates our desire for exploration and conveys an understanding for what is going on there. Then a design proposal of an already existing city park, called Sveaparken in Hedemora Sweden, have been done with a focus of designing different types of spatial expressions and configurations (using plants) with the purpose of engendering the qualities from the two theories mentioned above. So the qualities from the two theories above was adapted to be created by spatiality and for the conditions of the park.

The design showed that spatiality was a useful focus for creating these qualities. The most important finding was the large use of smaller spatial elements up to mid height or eye level which was used both in proximity to pathways (which stimulates exploration) and in creating and in relation to social and relaxing places (which engenders the qualities 1,3 and 4 in A.R.T.). Another finding was the use of trees and large shrubs for making a spatial frame for the park and at some places warding off the park from the outside.

*Keywords:* restoration, restorative environments, attention restoration theory (A.R.T.), recreational areas, preference matrix, city park, design, spatiality, biophilia, and sketching.

# Innehållsförteckning

<b>1. Inledning</b> .....	<b>9</b>
1.1. Syfte och forskningsfråga .....	12
1.1.1. Avgränsningar .....	12
1.1.2. Centrala begrepp .....	12
1.2. Uppsatsens disposition.....	13
<b>2. Att gestalta vederkvickande rumslighet</b> .....	<b>14</b>
2.1. Vilka platser vi föredrar .....	14
2.2. Ett ramverk för att gestalta rumsligheter .....	16
<b>3. Metod</b> .....	<b>18</b>
<b>4. Resultat</b> .....	<b>21</b>
4.1. Presentation av Sveaparken .....	21
4.1.1. Rumslighetsanalys (Branzell 1978) .....	23
4.1.2. Program .....	26
4.2. Presentation och analys av gestaltningen.....	30
<b>5. Diskussion</b> .....	<b>36</b>
5.1.1. Framtidsblick för Sveaparken .....	37
5.1.2. Fördelar och nackdelar med metoden .....	37
<b>Referenser</b> .....	<b>38</b>

# Tabellförteckning

Tabell 1. Preferensmatrisen, översatt från (Kaplan & Kaplan 1989:53.) .....	15
Tabell 2. Växtligheters höjd i relation till människan översatt från (Robinson 2016). ....	16
Tabell 3. Programpunkter för att skapa vederkvickande rumslighet. ....	26

# Figurförteckning

Figur 1. Flygfoto över Hedemora och platsen som valts att gestalta på – Sveaparken. Järnvägen ger en orientering i staden och rullstensåsen definierar staden topografiskt vilket är orsaken till Sveaparkens gropform. Modifierad från (© Lantmäteriet 2021). .....	11
Figur 2. Diagram som visar de olika faserna i uppsatsens gestaltungsprocess, Översatt från (Roggema 2017) (CC BY 4.0). .....	18
Figur 3. Diagram över uppsatsens gestaltungsprocess med mer specificitet en fig. 2. de gröna pilarna belyser processens flödesschema och iteration e.g. rationaliseringsfasen där gestaltningen bedöms om den är tillfredsställande eller måste omarbetas i någon tidigare fas, modifierad från (Roggema 2017) (CC BY 4.0). .....	19
Figur 4. Inventering av Sveaparken med dess närområde vilket visar att både tågstationen och centrumområdet tillsammans med bostäder befinner sig på nära gångavstånd. Modifierad från (©Lantmäteriet 2021). .....	22
Figur 5. Grusplanen och före detta Tingshuset. Sluttningen används som pulkabacke (Melin 2021). Figur 6. Ornamental växtlighet och en konstgjord bäck under entrén (Melin 2021). .....	23
Figur 7. Entré med sikt till tingshuset mitt emot (Melin 2021). .....	23
Figur 8. Rumslighetsanalys, ekvidistans 1m, modifierad (Hedemora kommun u.å.).....	24
Figur 9 t.v. Träden skapar en svag rumslighet (Melin 2021). Figur 10 t.h. Vägen upp till den södra entrén (Melin 2021). .....	25
Figur 11 t.v. Svag rumslighet av trädkronorna, med en brant jämsmed vägen (Melin 2021). Figur 12 t.h. Under almarna skapas en stark rumslighet med höjd, området därefter är definierat som svag rumslighet (se fig. 8) (Melin 2021). .....	25
Figur 13. En stor formlös rumslighet, som inramas delvis av parkgränsens sluttning, och delvis av träden på sluttningen och bostäderna (Melin 2021). .....	26
Figur 14. Programplan, de numrerade områden beskrivs nedan, ekvidistans 1m, modifierad (Hedemora kommun u.å.). .....	28
Figur 15. Rumslighetsprogram d.v.s. det visar de rumsligheter som är tänkta att skapas, ekvidistans 1m, modifierad (Hedemora Kommun u.å.). .....	30
Figur 16 ö. Förlaga för skissen under (Melin 2021). Figur 17 n. Parkens yttre gräns (Skiss nr. 1). .....	31
Figur 18 . Förlaga för skiss t.v. (Melin 2021). Figur 19. Parkens ytterväggar (Skiss nr. 2) (Melin 2021). .....	32

Figur 20 ö. Förlaga för skissen under. 3 (Melin 2021). Figur 21 n. Scenrummet (Skiss nr. 3) (Melin 2021).....	33
Figur 22 t.v. Förlaga för kollaget t.h. (skiss 4) (Melin 2021). Figur 23 . Björksalarna (Skiss nr. 4) (Melin 2021).....	34
Figur 24 t.v. Förlaga för skissen t.h. (Melin 2021). Figur 25 t.h. Mystisk gångväg (Skiss nr. 5) (Melin 2021). .....	35



# 1. Inledning

Mängden människor med psykisk ohälsa ökar trots att den materiella levnadsstandarden blir bättre och bättre (World Health Organization 2013). Världshälsoorganisationen definierar hälsa som ett stadie av fullkomlig fysisk, psykisk och socialt välmående och inte endast avsaknaden av sjukdom och skröplighet (World Health Organization 2013). Enbart 15% av Sveriges befolkning anser sig ha ett mycket gott psykiskt välbefinnande vilket innebär att 85% av befolkningen saknar detta (Folkhälsomyndigheten 2020). Som e.g. bland de negativa sinnestillstånden led 17% av stress och 7% av allvarliga psykiska påfrestningar (ibid). Det psykiska välbefinnandet varierar sig även demografiskt där bland grupperna kvinnor, personer med låg socio-ekonomisk status och yngre mår sämre, vilket lägger till ett diskrimineringsperspektiv till frågans viktighet.

Ett intressant sätt att minska den psykiska ohälsan är genom upplevelsen av naturen vilket bland annat kan vederkvicka kognitiva resurser (Kaplan 1995; Kaplan & Berman 2010); minska stress (Ulrich et al. 1991; Stigsdotter et al. 2010) och inge positivare känslor och känslotillstånd (Jo et al. 2013; White et al. 2013).

Parker är tillgängliga och gratis och kan därför vara en bra resurs för ovan nämnda vederkvickande egenskaper. Som landskapsarkitekt blir det intressant att veta om utformningen kan påverka denna vederkvickelse.

Psykologiprofessorn Rachel Kaplan (University of Michigan u.å.b) och miljöpsykologen Stephen Kaplan (University of Michigan u.å.a) ger en del svar på detta då de undersökt vilka miljöer vi föredrar och hittat att e.g. öppenhet med en del träd, landmärken, och relativt jämna underlag bidrar alla till hög preferens och signalerar lätt orienterbarhet i området (Kaplan & Kaplan 1989:33). Till motsats från monotona platser eller ogenomträngliga platser som tät skog som inte gör det, vilket ger dem låg preferens (Kaplan & Kaplan 1989:36–37).

De har även visat att rumsligheten har en viktig roll i hur vi bedömer en plats, vi delar nämligen in den antingen i rumslig karaktär eller utan rumslighet– där då innehållet blir det som definierar karaktären (1989:38–39), vilket gör just rumslighet till ett intressant fokus för att skapa vederkvickelse.

Här kan det vara bra att förtydliga vad som menas med rumslighet i uppsatsens parkkontext. I Nationalencyklopedin avser det utsträckningen i höjd, bredd och längd (Nationalencyklopedin u.å.a) men här menas det upplevelsen av rummet snarare än de faktiska måtten. Upplevelsen av rumsligheten påverkas inte enbart av dess höjd, bred och längd utan den kan även vara e.g. porös eller diffus (Branzell 1976) och påverkas av närliggande rumsligheter (Robinson 2016).

Att parker och gångvägar upplevs trygga är viktigt för att människor ska välja att vistas i dem, men det gör inte alla parker och gångvägar, speciellt inte under kvällen och natten. Unga kvinnor är den grupp som känner störst otrygghet (Gunnarsson et al. 2012). Viktiga faktorer för att skapa trygghet är 1), hur lång sikt som finns och mängden buskar både låga och de som blockerar sikten 2), känslan att ha flyktmöjligheter vilket ger en känsla av kontroll och 3), att grönskan upplevs välskött och snarare kontrollerad (e.g. formklippt) än dynamisk. Flera av dessa faktorer kan hamna i konflikt med att skapa vederkvikande rumslighet e.g. en fotbollsplan upplevs trygg (Gunnarsson et al. 2012), men formlös och ointressant (Kaplan & Kaplan 1989:28–29).

Jag vill även nämna att jag anser att trygghetsperspektivet även behöver problematiseras i denna kontext, och lösningar skulle kunna skapas i andra samhällsdiscipliner e.g. lära om människor då det argumenterbart relaterar till strukturella problem av mäns våld emot kvinnor (Brå 2021) och till medial bild. Detta kommer inte att problematiseras i denna uppsats men trygghetsperspektivet nämns då dels är viktigt inom landskapsarkitekturen och dels påverkas av rumsligheter e.g. sikten (Gunnarsson et al. 2012).

Uppsatsen ämnar undersöka relationen mellan vederkvickelse och rumslighet med hjälp av Branzells notationsteknik, Robinsons ramverk för rumsligheter och främst Kaplan R. och Kaplan S. forskning om vederkvickelse. För att undersöka detta konkretare så har jag valt gestaltandet som undersökningssätt. Sveaparken i Hedemora (se fig. 1) har en intressant gropformad rumslighet p.g.a. en rullstensås som påverkar topografin i hela staden och har därför valts som testplats för gestaltning.



Figur 1. Flygfoto över Hedemora och platsen som valts att gestalta på – Sveaparken. Järnvägen ger en orientering i staden och rullstensåsen definierar staden topografiskt vilket är orsaken till Sveaparkens gropform. Modifierad från (© Lantmäteriet 2021).

## 1.1. Syfte och forskningsfråga

Syftet med uppsatsen är att undersöka hur rumslighet kan användas i gestaltningen av parker för att gynna vederkvickelse hos människor.

- Hur kan rumslighet gestaltas (genom skissförslag) i Sveaparken, Hedemora, för att gynna vederkvickelse.

### 1.1.1. Avgränsningar

Gestaltningen avgränsas till Sveaparken i Hedemora med relevant närområde som valts då den har intressanta möjligheter för att gestalta med rumslighet. Gestaltningen kommer inte vara fullständig utan begränsas till en programplan och några skisser, detta på grund av uppsatsens tidsbegränsning. Med programplan menas en karta för att undersöka och beskriva var gestaltningens olika funktioner ska placeras. Det är ett hjälpmedel och en brygga mellan programpunkterna och illustrationsplanen (det färdiga förslaget). Programplanen ämnar addera endast rumsligt relaterade funktioner och uttryck och samtidigt inte inkräkta parkens andra funktionsområden. Att inte lägga till andra funktioner understöds även av översiktsplanen som inte specificerar några mål för Sveaparken eller mer översiktligt då saknar en parkplan (Miljö- och samhällsbyggnadsförvaltningen 2016).

Litteraturundersökningen har gjorts inom preferensstudier för gröna platser och rumslighet som gynnar vederkvickelse. Med vederkvickelse menas återhämtande eller återställande av kognitiva funktioner, stress eller förändring till ett positivare sinnelag. Även om trygghetsperspektivet är relevant i uppsatsen så behandlas det inte då uppsatsen vill undersöka forskningsfrågorna renodlat utan denna komplexitet.

### 1.1.2. Centrala begrepp

Mental återhämtning och restaurativ är facktermer som används inom landskapsarkitektur, men jag har valt vederkvickande som term i denna uppsats då jag anser det ha en vidare betydelse än återhämtning, bland annat med dess konnotation av att skapa ny energi och inte enbart återställa något som fanns (Nationalencyklopedin u.å.b). I den engelska litteraturen används ordet *restorative* vilket betyder vederkvickande, återhämtande eller återställande av kognitiva funktioner eller stress (Merriam Webster u.å.). Hartig definierar det även som en miljö som främjar vederkvickelse och inte bara tillåter det (Hartig 2007:163–165), och är den definition jag använder i uppsatsen för vederkvickelse. Restaurativ väljs att inte användas då det är ett engelskt ord och jag är osäker hur etablerat det är som svensk fackterm.

Titeln använder mental återhämtning som begrepp med resonemanget att ge en direkt förståelse av uppsatsen, då det är en fackterm.

Med stress menas en aktivering av det sympatiska nervsystemet vilket innebär en fysiologisk-hormonell reaktion utlöst av fysiska och mentala påfrestningar (Lärn-Nilsson et al. u.å.) långvarig aktivering kan påverka hälsan negativt (Engström 2018). Kroppen

pendlar mellan detta beredskapsläge och ett viloläge vilket är synonymt med det parasympatiska nervsystemet (Engström 2018).

Med natur menas i denna uppsats något som uppstår spontant med liten mänsklig påverkan och onaturligt när det funnits en stark mänsklig påverkan och en kreativitet med platsen (Robinson 2016:39–40). Med natur, eller grönska som används synonymt, menas dock gestaltad natur i stället för onaturlig natur (ibid.).

## 1.2. Uppsatsens disposition

Texten följer IMRoD upplägget med introduktion, metod, resultat och till sist diskussion, men med tillägget av ett bakgrundskapitel efter introduktionen. I resultatkapitlet sker en kontinuerlig analys av resultatet då det görs bäst tillsammans med illustrationerna, utöver den mer generella analysen som sker i diskussionskapitlet.

Gestaltningsprocessen beskrivs enligt en modell av Roggema (2017) för att förtydliga den.

## 2. Att gestalta vederkvickande rumslighet

Här presenteras den kunskap jag hittat som varit användbar för att besvara forskningsfrågan. Först presenteras den litteratur jag hittat om rumsligt relaterade egenskaper som vederkvicker och därefter ett ramverk att tänka på kring rumslighet

### 2.1. Vilka platser vi föredrar

Preferensstudier och uppmärksamhetsåterhämtningsteorin (U.Å.T.) är de två teorier som använts för att hitta rumsliga egenskaper som vederkvicker.

Preferensstudier har visat att människor föredrar platser med natur e.g. i en studie där testpersonerna fick gradera hur mycket de gillade olika foton på platser så blev de människodominerade bilderna de med lägst lägre preferens, detta trots att bilderna skiljde sig, där resten av bilderna var mer naturliga (Kaplan & Kaplan 1989:28–31). Detta är en anledning att använda sig av växtlighet för att gestalta rumsligheter och även försöka använda naturliga material för parkens funktioner som e.g. en bro eller en scen. Men jag använder även växtlighet för att skapa rumslighet av rimlighet då det e.g. förändras på ett intressant sätt och bidrar till ekosystemtjänster.

Människor kan ses som att de delar in rumsligheter i två kategorier, den första är vida öppna områden såsom odlingsfält, stora gräsmattor, kustlinjer och träskområden, vilka har en låg preferens då de bland annat ses som skräckinjagande, svårt orienteringsbara och utan möjlighet för att utföra handlingar på (Kaplan & Kaplan 1989:32). Den andra är mer definierade rumsligheter med väggar och tak och eventuellt landmärken vilka om de följer behoven nedan ger en hög preferens (Kaplan & Kaplan 1989:32–33), och det är denna rumsliga kategori som är intressant för gestaltningen.

#### *Preferensmatrisen*

Författarna har analyserat ovan och liknande studier och sett följande två grundläggande behov som om de tillgodoses så föredras platsen (Kaplan & Kaplan 1989:49–50):

1. Förståelse: att förstå möjligheterna i miljön och hur väl en skulle fungera där och hur säker den skulle upplevas (Kaplan & Kaplan 1989:50–52).
2. Utforskning: Hur intressant det är att utforska miljön och möjligheten att uppleva nya saker. Detta har funktionen att lära oss nya saker och att förbättra en mental karta över hur området ser ut vilket är värdefullt för framtida problem (Kaplan & Kaplan 1989:78–88).

Behoven uttrycker sig i två dimensioner, dels vad som syns direkt på platsen och dels vad man kan ana sig till, vilket ger fyra olika egenskaper enligt tabell 3 (Kaplan & Kaplan 1989:52–53).

Tabell 1. Preferensmatrisen, översatt från (Kaplan & Kaplan 1989:53.)

	Förståelse	Utforskning
Det synliga	Samstämmighet	Komplexitet
Det som kan anas	Läsbarhet	Mysterium

1. *Samstämmighet (Coherence)*

Med samstämmighet menas något som ger ordning och hjälper till att fokusera blicken genom att olika intryck upprepas eller finns i stora sjok som e.g. en gräsmatta eller återkommande visuella intryck. En plats med hög samstämmighet riskerar att ha låg komplexitet p.g.a. simpelhet men genom att använda sig av upprepningar kan även komplexiteten vara hög (Kaplan & Kaplan 1989:55).

2. *Komplexitet (Complexity)*

Definitionen av denna informationsfaktor är antalet olika visuella element i blickfånget och hur varierade och interagerande de är (Kaplan & Kaplan 1989:53–54).

3. *Läsbarhet (Legibility)*

Läsbarhet är hur lätt det är att förstå, förutspå och komma ihåg en plats för att kunna orientera sig i den och dess närhet (Kaplan & Kaplan 1989:55).

4. *Mysterium (Mystery)*

Mysterium kan upplevas genom en känsla av inbjudan till att gå längre in på platsen och undersöka något som inte var möjligt att se från den första utblickspunkten (Kaplan & Kaplan 1989:55–57). Mysterium innehåller ett löfte om att lära sig något mer –e.g. dolda platser av grönska, stigar som går ut ur vyn och förutsätter en möjlighet att bege sig djupare in platsen. Herzog och Bryce skriver om skillnaden mellan överraskning och mysterium i en studie där de fick fram en negativ preferens till mysterium när den visuella tillgängligheten var låg (Kaplan & Kaplan 1989:42, 51) men en positiv preferens när den var hög (Herzog & Bryce 2007:25).

Mysterium skiljer sig alltså från överraskning genom att ge en subtil antydning till vad som döljs, där överraskning abrupt ger ny information som inte var förutsedd (Kaplan & Kaplan 1989:55–57; Herzog & Bryce 2007:25).

*Uppmärksamhetsåterhämtningsteorin (U.Å.T.)*

U.Å.T handlar om att kunna återställa en tidigare uttömd kapacitet att kunna fokusera uppmärksamheten på en vald uppgift (Hartig 2007:165). Denna uttömda kapacitet kan vederkvickas genom sömn, men även genom ett tillstånd av en ofrivillig ansträngningslös uppmärksamhet som drivs av en vilsam fascination (Kaplan et al. 1998:18–19). Kaplan R. och Kaplan S. har kommit fram till fyra kvalitéer som gynnar denna återhämtning (1989:19).

1. Fascination, vilket involverar frivilliga funderingar och en drivkraft att vilja förstå något, vilket sker automatiskt utan att behöva rikta uppmärksamheten. Detta gör att den har en komponent av vilsamhet i sig som benämns som mjuk fascination. Upplevelser i naturen är gynnsamma för detta som e.g. växtdetaljer, säsongsväxlingar, ljus och skuggspel.
2. Kompatibilitet, vilket innebär att besökarens behov överensstämmer med vad platsen erbjuder så att den känner att den kan fungera där, e.g. den är rullstolsanpassad, den är inte för kompakt för att kännas skrämmande, eller ett störande ljud. Människor känner ofta kompatibilitet när de vistas eller gör saker i naturen e.g. jaga, trädgårdsarbete eller promenader.
3. Vara någon annanstans, vilket innebär en upplevelse av att vara på en plats som inte påminner en om det som tömt ut ens kognitiva kapacitet.
4. Vidsträckthet, vilket innebär en upplevelse av storhet eller enormhet genom en koppling till något större. Detta kan upplevas i en trädgård med sikt, vildmark eller en blomma genom ett mikroskop (Kaplan et al. 1998:18–21).

## 2.2. Ett ramverk för att gestalta rumsligheter

Här redogörs för hur olika rumsligheter kan skapa olika funktioner och ge olika upplevelser.

### *Växtlighet som byggstenar för rumslighet*

Robinson delar in växtligheten i förhållande till människans proportioner enligt tabell 2 (2003:28–42) vilket är relevant för hennes upplevelse av den och därför för denna uppsats. Människors höjd är givetvis varierad och det bör därför övervägas om platsen gestaltas för e.g. barn, rullstolsburna eller vuxna. I uppsatsen används (icke rullstolsburna) vuxna som utgångspunkt, förutom för lekområdet, men platserna kommer fungera även för personer med en lägre utsiktspunkt.

*Tabell 2. Växtlighetens höjd i relation till människan, översatt från (Robinson 2016).*

Växtlighetens höjd	Effekt
Markhöjd	Kan ge en visuell markering av ett rum eller binda samman eller avskärma två rum.
Mark-knä höjd	Hindrar att någon rör sig punkt A–punkt B
Mark-ögonhöjd	(samma som ovan)
Ovanför ögonen	Detta skapar en visuell avskärmning. Eventuell takkrona skapar takskydd
Skymmer ovanför ögonhöjd	Rumskapande effekt men visuell kontakt som inte avgränsar förflyttning



Kategorierna i denna tabell är relevanta för att välja rätt storlek på storlek på växtmaterialet. Den behandlar även träd vilka inte påverkar sikten men skapar en takkänsla. Det finns även varianter där växter ger en viss genomskinlighet genom e.g. bladverket eller en plym.

### *Rumsligheters omslutenhet, dynamik och fokus*

Här kommer en beskrivning av hur rum är uppbyggda, en del av det kan vara lite uppenbart och därför onödigt. Men det finns med då det är de funktionerna eller upplevelserna som jag försökt skapa i gestaltningen.

Rum har en kombination av tre olika element: 1) omslutenhet, 2) dynamik, och 3) fokus (Robinson 2003:43–64). Omslutenheten bildas av dess väggar och tak vilket ger olika effekter beroende på graden av omslutenhet. e.g. en rak vägg skapar en låg omslutenhet och bildar snarare ett skydd eller en fond för något som händer framför. Medan en 270° rum centrerar sig inåt och eventuellt fokuserar utåt, beroende på öppningen.

Dynamikelementet i rummet är det som inger en känsla av rörelse eller dess motsats en känsla av statiskhet eller vila. Om rumsligheten har lika stor bredd som längd så upplevs den som statisk. Om rummet är längre än det är brett får det en riktning och blir rörelsebetingande. Om ett rörelsebetingande rum är linjärt kan det uppfattas som pompöst och formellt eller om kontexten inte är pompös som ointressant; om det är kurvigt så upplevs det mindre formellt. Om väggarna är låga kan de misslyckas att ge en riktning medan om de är högre än bredden så kan rummet upplevas överhopande och skräckfullt. Slutningar inger också en känsla av rörelseriktning och ett visuellt intresse att leta skyddsplatser och utblickspunkter uppåt och neråt.

Det sista elementet, fokus, kan lösa rumsligheter med en osäker mellanzon statisk-rörelsebetingande eller skapa mening till ointressanta rum (Robinson 2016:80–84).

### *Olika rumsupplevelser*

Robinson menar att rörelse är fundamentalt i upplevelsen av landskapet då att titta på det från endast en synvinkel tillhör undantagen och tenderar att vara främst för fotografer och landskapsmålare (Robinson 2016:79), i denna uppsats används båda mer statiska rum och rum skapade främst att upplevas i rörelse.

Hierarkier med rum inuti rum i kluster eller med ett centralt rum med flera rum bredvid är sätt att skapa privata rum tillsammans med storleken på dem (Robinson 2016:91–93). Graden av omslutenhet och genomsikt är viktiga faktorerna i att skapa dessa övergångar privat–offentligt vilket även kan uppmuntra till social interaktion (Robinson 2016:94), vilket är en av många viktiga rumsliga funktioner i denna uppsats.

Detta bakgrundskapitel var viktig kunskap i gestaltningen vilket jag kommer beskriva hur i det kommande metodkapitlet.

### 3. Metod

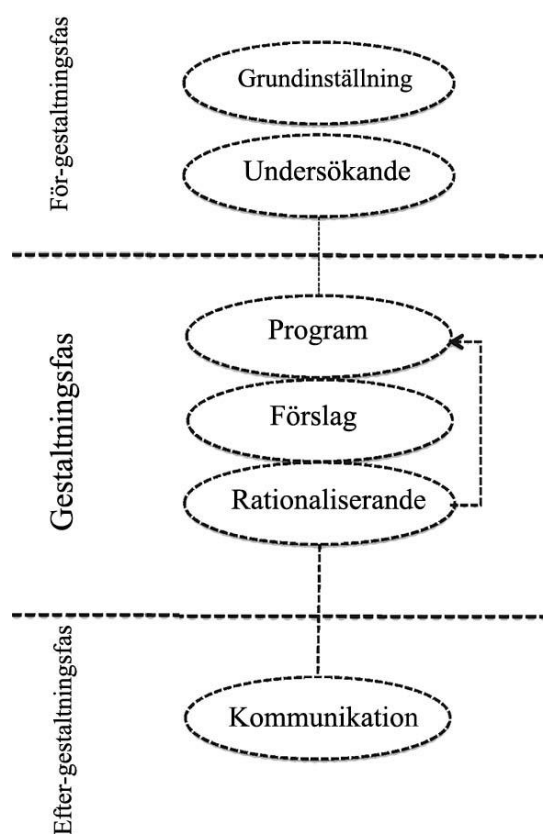
Att undersöka hur rumslighet kan gestaltas i Sveaparken för att gynna vederkvickelse är ett komplext problem. Komplexa problem utmärks av att de är påverkade av flera faktorer och i varierande styrka (Roggema 2017). Gestaltningprocessen lämpar sig väl för att lösa komplexa problem då den är iterativ, dvs processen att hitta en lösning fortsätter när nya problem uppstår och bygger på tidigare upptäckter. Därför har jag valt gestaltningprocessen som metod för att få svar på forskningsfrågorna.

Jag har valt att förklara min gestaltningprocessen baserad på en av Roggemas (2017) modeller för designprocesser då det har förtydligat min process och hjälpt till att belysa mina val. Den består av för-fas, huvudgestaltningfas och efter-fas med ett schema med sex olika skeden vilket kan ses i fig. 2 och mer specifikt vad jag gjort under dessa faser i fig. 3. I huvudgestaltningfasen under förslagsdelen är där forskningsfrågan besvaras.

Grundinställningar är det paradig som landskapsarkitekten tar med sig till gestaltningprocessen och inkluderar bl. a. hennes etiska och teoretiska synsätt, och hennes idé om vad landskapsarkitektur är (Roggema 2016) (se fig. 2), vilket jag av platsskäl inte kommer definiera förutom att nämna att jag hade ett intresse för hälsa i relation till grönska och landskapsarkitektur innan uppsatsen (blå markering fig. 3).

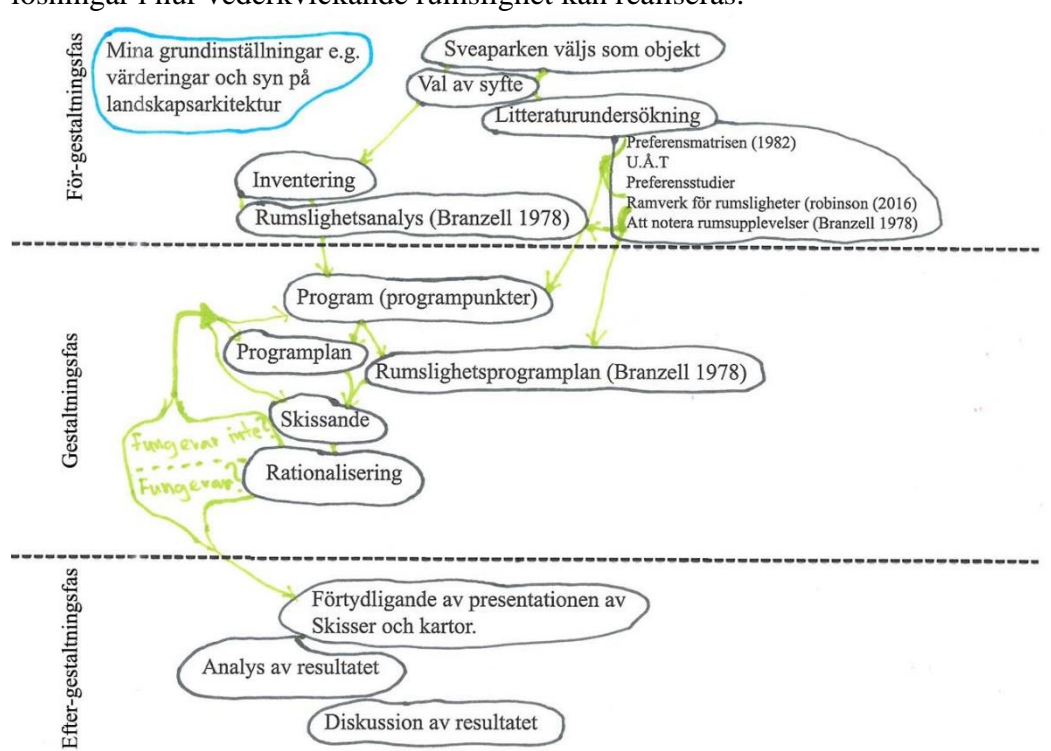
I den undersökande delen startar själva gestaltningsarbetet med val och analys av en plats och problemformulering.

En begränsad litteraturundersökning på engelsk och svensk litteratur har gjorts för att få svar på vilka rumsligheter gynnar vederkvickelse i en parkmiljö. Eftersom rumslighet inte nämnts explicit inom dessa har jag läst och valt ut de delar av återhämtning och



Figur 2. Diagram som visar de olika faserna i uppsatsens gestaltningprocess, Översatt från (Roggema 2017) (CC BY 4.0).

preferensstudier som relaterar till återhämtning, vilka nämns i fig. 3. The Planting Design Handbook (Robinson 2016) har varit ett användbart rumslighetsramverk för att hitta lösningar i hur vederkvickande rumslighet kan realiseras.



Figur 3. Diagram över uppsatsens gestaltningsprocess med mer specificitet än fig. 2. de gröna pilarna belyser processens flödesschema och iteration e.g. rationaliseringsfasen där gestaltningen bedöms om den är tillfredsställande eller måste omarbetas i någon tidigare fas, modifierad från (Roggema 2017) (CC BY 4.0).

Inventeringen har skett genom platsbesök våren 2021 och genom studerande av foton och flygfoton så har jag nedtecknat vad som finns och funktioner i stilen blomsterplantering, utomhusscenen och lekplats.

Rumslighetsanalysen är gjord under samma platsbesök och genom studerande av foton och flygfoton genom notationstekniken ifrån Branzell (1976). Jag har bedömt och nedtecknat upplevelsen av alla rumsligheter, hur starka de är och deras gränser, jag har även bedömt karaktären på gränsen e.g. diffus eller delvis (med resten av avgränsningen längre bort). Jag har även nedtecknat andra upplevelser som relaterar till rumslighet som e.g. en rörelseriktning i rummet och en känsla av dragningskraft. Till sist har jag även nedtecknat landmärken och stråk vilket bidrar till orienteringen i och förståelsen av platsen vilket han lånat från Lynchs *The Image of the City* (1968).

Jag har valt Branzells teknik då den möjliggör att beskriva upplevelsen av rumsligheter på en plats och att den har flera bra relaterade begrepp för att beskriva platsen. Branzell (1976) föreslår även att skapa nya begrepp om det är användbart, men jag har funnit de föreslagna som tillräckliga. Metoden är något gammal kanske finns det uppdaterade metoder som mina sökningar missat. Men jag har ändå valt metoden då den, utöver ovan fördelar, delar gestaltningsförslagets fokus på upplevelsen av platsen.

Tillsammans med inventeringen och rumslighetsanalysen så har litteraturundersökningen tolkats till ett program. Ett program uttrycker de åtgärder och funktioner som behövs för att lösa problemen och uppnå gestaltningsmålen (se fig. 3). På en programplan kom jag sedan fram till var dessa funktioner och åtgärder bäst kunde realiseras. Detta tillsammans med rumslighetsprogramplanen var en bra grund till att testa olika skisslösningar vilket är delen som Roggema kallar förslagsfas (se fig. 2).

Jag har valt skissande som del i metoden för att kunna experimentera och undersöka hur programplanen fungerar på en mer konkret nivå. Skisserna är gjorda för hand på genomskinligt papper med foton på parken under. De har sedan kopierats och färglagts för hand. Fotona visas bredvid skisserna för att dels få en förståelse hur gestaltningen förändrar rumsligheten, dels för att kunna granska hur väl skisserna stämmer med verkligheten. En av skisserna tog jag fram genom ett datorprogram och en korrektare benämning är kollage.

Om lösningen inte var tillfredställande gick jag tillbaka till en tidigare tills de fungerade tillfredställande (se röda pilar i fig. 3). Denna bedömning huruvida gestaltningen fungerar kallar Roggema för rationaliseringsfasen (se fig. 2).

När jag var nöjd med skisserna så förtydligade jag delar av dem vilket Roggema delar in i en kommunikationsfas (se fig. 2) tillsammans med analyserandet och diskussion av resultatet. De två sistnämnda anser jag nog inte vara en del i gestaltningsarbetet men de finns med i fig. 2. då de finns med i Roggemas gestaltningsmodell i eftergestaltningsfasen.

## 4. Resultat

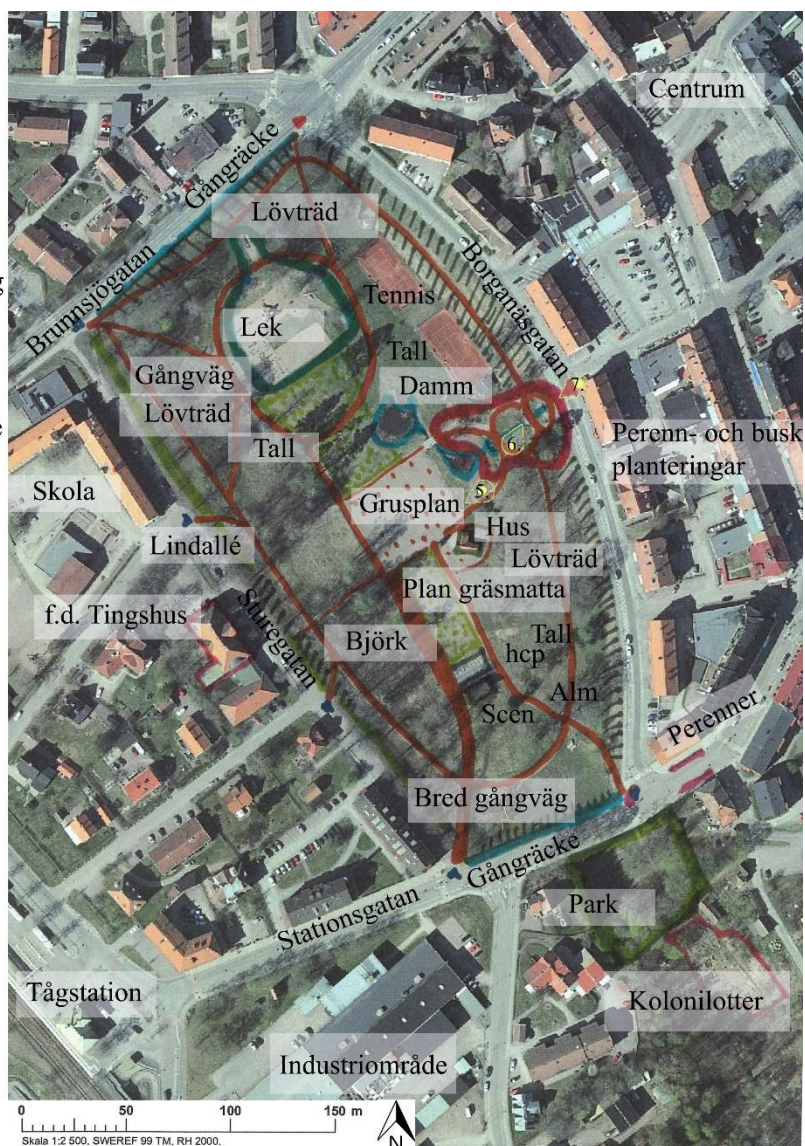
I detta kapitel beskrivs först Sveaparken i form av en inventering, en rumslighetsanalys och ett program vilket utmynnar i en kombinerad presentation och analys av gestaltningen.

### 4.1. Presentation av Sveaparken

Här undersöks och beskrivs Sveaparkens nuvarande funktioner och utformning med en inventering och en rumslighetsanalys.

### Teckenförklaring

-  Bred gångväg
-  Gångväg
-  Staket
-  Lindallé
-  Brant område
-  Damm
-  Entre
-  Entre med skylt
-  Perenner
-  Perenn och busk område
-  Grusplan
-  Plan gräsmatta
-  Lekområde
-  hus (förråd)
-  hep eller scen
-  Kolonilotter
-  Park
-  F.d tingshus
-  Fotografplats (Figur nr.)



Figur 4. Inventering av Sveaparken med dess närområde vilket visar att både tågstationen och centrumområdet tillsammans med bostäder befinner sig på nära gångavstånd. Modifierad från (©Lantmäteriet 2021).

Inventeringen (se fig. 4) visar att platsen har många funktioner både specifika som tennis och en öppen scen och flera generella som en gångväg runt hela parken med bänkar och flera stora gräsmattor för e.g. möten, sport och lekar. Grusplanen med närliggande plana gräsmattan ger förutom boulespel även möjlighet att skapa evenemang som, marknad, midsommarfirande och musikfestivaler och på vintern används slutningen ovan som pulkabacke (se fig. 5). Lekplatsen har en varierad mängd lekredskap med rutschkana, linbana, gungor och klätterställningar vilket gör den till en populär plats (Miljö- och



Figur 5. Grusplanen och före detta Tingshuset. Sluttningen används som pulkabacke (Melin 2021). Figur 6. Ornamental växtlighet och en konstgjord bäck under entrén (Melin 2021).

Söder om parken finns ett kolonilottsområde och Silvattsparken vilket består av en sluttande gräsmatta, en parkbänk och en del högvuxna lövträd. De flesta av parkens träd är fullvuxna, bland lövträden finns mycket björk, lönn, och lite oxel, lind och alm. Det finns även tallar på olika delar i parken och en silverpil. Det finns en del förnygringsplantering av liknande arter och en del mer exotiska träd i anknytning till busk och perennområdet. Denna del fyller en mer ornamental estetisk upplevelse tillsammans med dess konstgjorda bäck med porlande vatten som startar i mitten av planteringen i fig. 6.

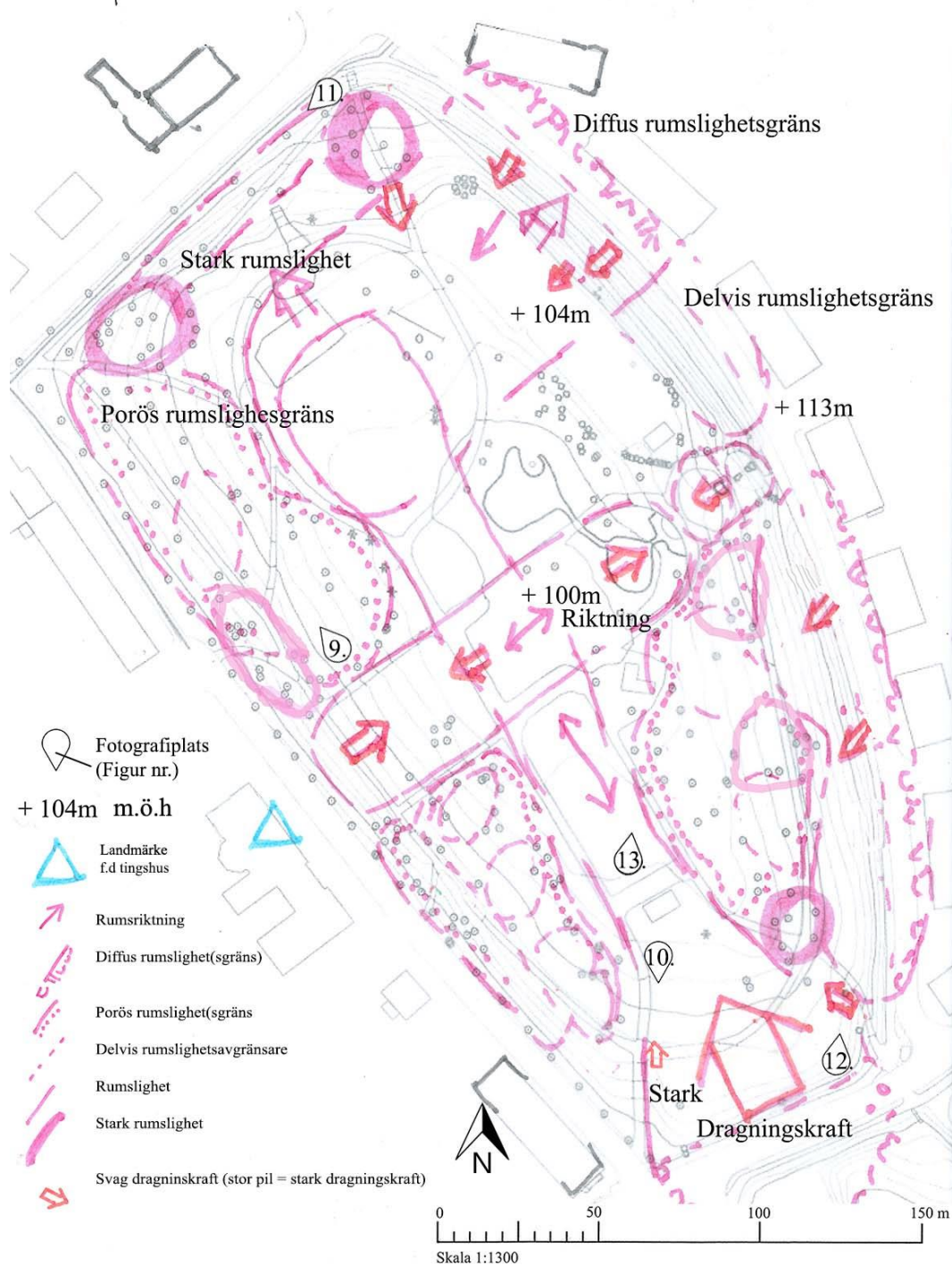


Figur 7. Entré med sikt till tingshuset mitt emot (Melin 2021).

#### 4.1.1. Rumslighetsanalys (Branzell 1978)

Här beskrivs parkens rumslighet och dess karaktärer. Parkgränsen på de ställen utan växtlighet skapar en svag delvis rumslighetsgräns, och en konceptuell rumslighetskänsla av parken som en helhet, genom parkens branta sluttning och delvis fortsätter parkens rumslighet ut emot huskropparna på den nordöstliga delen (se fig. 13) eller ut emot naturen i den södra delen vilket kan ses i fig. 10. Parkens hålförm skapar även en dragningskraft neråt som en inbjudan att röra sig neråt vilket delvis kan upplevas i fig. 24

och starkare i fig. 20, där den stora rumsligheten bidrar till dragningskraften. Parkgränsen på de ställen med växtlighet har en förstärkt rumslighet, speciellt på västra sidan.



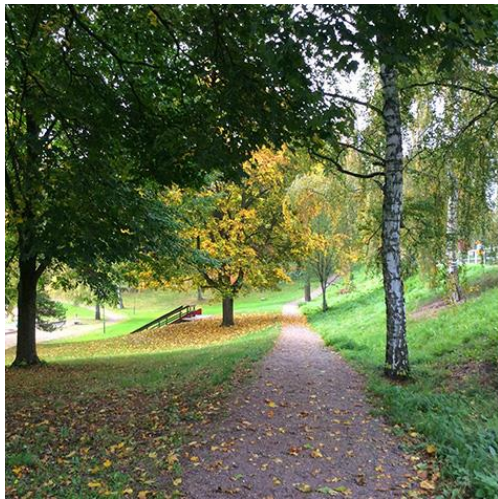
Figur 8. Rumslighetsanalys, ekvidistans 1m, modifierad (Hedemora kommun u.å.).

De rosa pilarna indikerar en riktning i rummen genererade kanske främst av rummens storlek men även p.g.a. topografien. Ett av rummen har ett naturligt fokus med tingshuset (se fig. 5 och 7) medan det avlånga rummet (se fig. 13) saknar en fokuspunkt vilket tillsammans med avsaknad av väggelement gör att det formlöst flyter ut i de nämnda diffusa rumsligheterna i rumslighetsanalysen (fig. 8).





*Figur 9 t.v. Träden skapar en svag rumslighet (Melin 2021). Figur 10 t.h. Vägen upp till den södra entrén (Melin 2021).*



*Figur 11 t.v. Svag rumslighet av trädkronorna, med en brant jämsmed vägen (Melin 2021). Figur 12 t.h. Under almarna skapas en stark rumslighet med höjd, området därefter är definierat som svag rumslighet (se fig. 8) (Melin 2021).*

Parkens rumsligheter saknar starka väggelement som blockerar sikt, men de stora träden ger en mäktig takkänsla. Parkens saknar mindre rumsupplevelser och privatare rum att vistas på vilket fig. 9 och 11 exemplifierar väl.



Figur 13. En stor formlös rumslighet, som inramas delvis av parkgränsens sluttning, och delvis av träden på sluttningen och bostäderna (Melin 2021).

I en del trädgrupper bildas svaga rumslighetsgränser med trädens takkänsla tillsammans med en väggkänsla ifrån eventuella träd på avstånd (se fig.9, 12 och 22). Rumslighetsgränsen är svag då sikten igenom gör att den delvis även fortsätter längre bort.

#### 4.1.2. Program

I detta kapitel redogörs för hur kunskapen ifrån bakgrundskapitlet används tillsammans med analysen av Sveaparken för att skapa ett program.

Programpunkterna är utformade efter en tolkning av litteraturundersökningen för att skapa vederkvikelse genom rumslighet. Rumslighetsramverket har varit användbart för hur rumsligheten ska utformas för att få en viss effekt.

Att vara någon annanstans är en egenskap hämtad från litteraturundersökningen vilken jag provar att uppnå genom skapandet av två programpunkter – omslutenhet och exotiska rum. Mysterium ifrån preferensmatrisen relaterar starkt till rumslighet så den omarbetades relativt ordagrant till som en egen programpunkt.

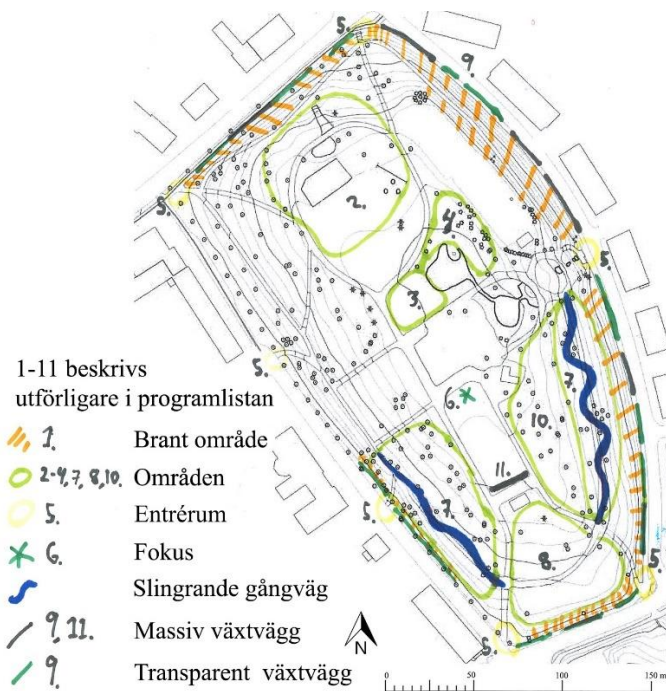
En del rumsliga funktioner ifrån Robinson (2016) har även lagts till som e.g. fokuspunkter vilka inte är beskrivna i en relation till vederkvikelse men jag tolkar att dess rumsliga funktioner kan bidra till e.g. *kompatibilitet och vidsträckthet* vilket i så fall skulle gynna vederkvikelse.

Tabell 3. Programpunkter för att skapa vederkvickande rumslighet.

Programpunkter	Källa	Effekt
Vidsträckthet: Att skapa vidsträckthet genom att behålla och accentuera siktlinjer genom inramning med växlighet. Och genom att behålla stora rumsligheter för att ge rymd och kontrastera dem till mindre rumsligheter.	(Kaplan et al. 1998)	Vidsträckthet, läsbarhet.
Fokuspunkter: Skapa ett fokus för att få vissa rumsligheter som upplevs formlösa eller diffusa	(Robinson 2016)	Kompatibilitet, vidsträckthet.

att få ett tydligare uttryck.		
Omslutenhet: Skapa en starkare rumslighet för att ge en starkare upplevelse av att vara just där. Helt eller delvis dölja sikten utåt vilket förutom att bidra till omslutenhet även minskar en visuell påminnelse om omvärlden. En omslutenhet med mindre rumsligheter (med väggelement) ger mer privathet för att vistas själv eller med andra.	(Kaplan et al. 1998)	Vara någon annanstans, rumsfunktioner e.g. vila och möten.
Exotisk rumslighet: Skapa rumsligheter med ett säreget estetiskt uttryck när en vistas eller rör sig igenom det för att stimulera fascination och att skapa en känsla av att vara någon annanstans.	(Kaplan & Kaplan 1989)	Vara någon annanstans, fascination.
Mysterium: Att skapa ett samspel dolt–öppenhet där det i det dolda finns en avläsbar föräning till vad som finns bakom, för att skapa en subtil överraskning då en total sådan inte är positiv (Herzog & Bryce 2007).	(Herzog & Bryce 2007)	Komplexitet, mysterium.
Entrérum: Entrérum som förutom att annonsera vad som kan förväntas finnas i parken även har funktionen för vistelse och eventuella möten.	(Kaplan & Kaplan 1989; Robinson 2016)	Läsbarhet, entréfunktion.
Läsbarhet. Gestalta parken konsekvent så att förväntningar om hur den borde vara utformad stämmer. Även att vissa estetiska element upprepas så att det finns en samstämmighet. Detta direktiv beaktas i alla delar av parken för att stävja att e.g. komplexiteten inte blir kaotisk.	(Kaplan & Kaplan 1989; Robinson 2016)	Läsbarhet, samstämmighet, kompatibilitet.

Programplanen (se fig. 14) med den tillhörande listan nedan visar var och hur 1–11 ska utföras och är baserade på programpunkterna i tabell 3.



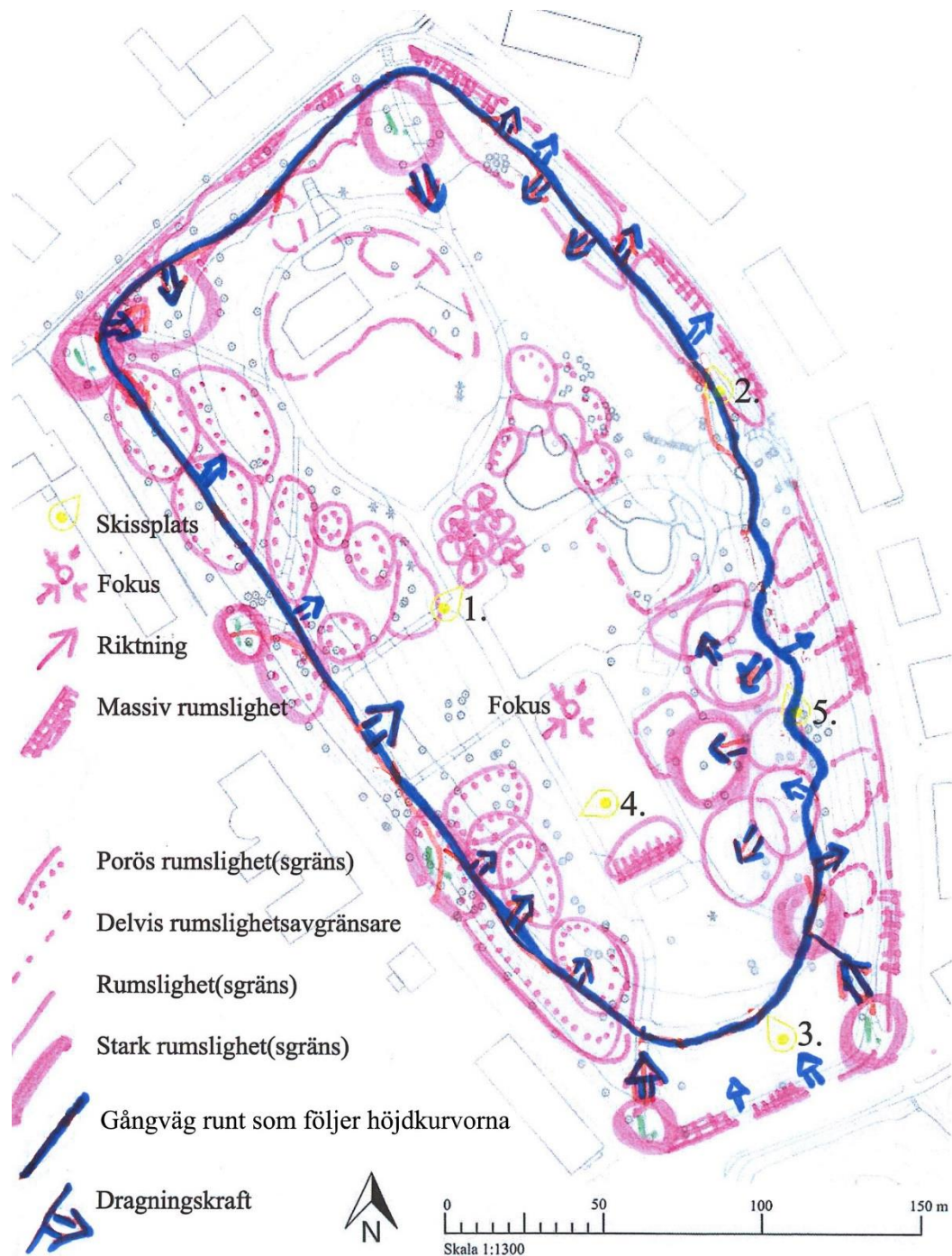
Figur 14. Programplan, de numrerade områden beskrivs nedan, ekvidistans 1m, modifierad (Hedemora kommun u.å.).

1. Svårtillgänglig mark. Sluttningar är branta vilket gör dem otillgängliga att vistas på. Deras funktion blir därför estetisk och rumsskapande och en stor mängd träd, buskar och perenner kan planteras. Ängsmark eller marktäckare används i stället för gräsmatta då lutningen försvårar gräsklippning. Träd kan planteras i grupper med några snabbväxande träd som beskyddar mer långsamtväxande träd. Detta skapar rumslighet, och ett samspel mellan öppet–dolt genom tittgluggar. Detta hjälper även punkt 9.
2. Lek. Dynamisk plantering av buskar och en del träd nära lekredskapen vilket skapar skugga samt ger möjlighet att dessa kan vara en del i leken. Träden placeras för mycket sol för att få breda kronor så att de blir klättrvänliga. Tåliga buskage utan taggar upp till 1m-1,5m är planterade i stora sjok så de välkomnar barnen att använda och kanske förändra dem genom att leka i dem. Detta kan skapa privata rumsligheter utan uppsikt ifrån vuxna och på sikt kan små rumsligheter och gångar skapas i buskarna. En fördel med frukt och bär är att de rumsligheterna kan relateras till smakupplevelser. Plantera stora mängder buskar och träd, men behåll vissa gräsytor för lek och bollspel samt använd delvis samma växtmaterial så att det finns en samstämmighet.
3. Rum för vila eller möten. Närheten till grusplan och gräsmatta gör att en dels kan hålla uppsikt, dels skapar en möjlighet att dra sig undan dessa stora rum.
4. Rumsligheter vid dammen. Som punkt tre, men med några avskilda mer privata rum både för att mötas och för att vara själv, några av rummen har en mer statisk

karaktär med fokus på dammen, men det finns även rumsligheter med en dragningskraft att fortsätta. Dessa rumsligheter utnyttjar dammen.

5. Entrérum. Annonsera entréerna mer, genom att behålla siktlinjen och framhåva den inåt parken, eller skapa en rumslighet som en farstu för parken för att berätta att något liknande kan väntas längre in. Notera att huvudentrén (se fig. 7) ej är markerad då den är välannonserad och saknar plats att skapa ett entrérum.
6. Fokus. Plantera ett långsamväxande träd med säreget uttryck vilket på sikt kan skapa ett fokus inåt parken som motverkar formlösheten. Tillsammans med punkterna 3 och 11 motverkar det avsaknaden av rumslighet samtidigt som planerna med deras funktioner bevaras.
7. Björksal och mystisk gångväg. Björkar planteras i ett samspel tätare gruppergläntor vilket tillsammans en väggkänsla i väst skapar en mer omsluten rumsupplevelse. På den mystiska gångvägen platsen görs gångvägen mer kurvig vilket tillsammans med växtlighet över och under midjan skapar ett komplext intryck med skiftande blickpunkter och skapar en mysterium genom ett samspel öppet-dolt. Bägge platserna ger en föränderlig upplevelse vid rörelse.
8. Scenen. Skapa mindre rumsligheter med buskar och perenner som ej blir högre än 0,5m och några som blir upp till 1m höga, för de tillfällen scenen används, det kan även bli en avslappnad mötesplats i gräset tack vare viss privathet med de låga rumslighetsavgränsningarna men ändå mycket solljus.
9. Parkvägg. Förstärka upplevelsen av att vara här och motverka en diffus rumslighet. Grå linje indikerar massiv rumslighet utan genomsikt medan grön indikerar rumslighet där en kan se igenom, och avsaknad indikerar öppningar med full insikt. Inblickar är extra viktigt att bevara vid den södra sidan av parken då det finns en stark dragningskraft och mäktig sikt där.
10. Mindre rumsligheter. En grupp av rumsligheter i anknytning till den slingrande gångvägen som dels kan användas för vistelse, dels för promenad då det finns en känsla av mysterium enligt samma principer som punkt 7 i samverkan med dragningskraften neråt.
11. Omslutenhet. Träd och buskar planteras bakom scenen för att skapa ett visuellt fokus på scenen och publikrummet blir mer omslutet och privat.

Rumslighetsprogrammet (fig. 15) visar vilka typer av rumsligheter som det är tänkt att skapas, och fungerar som en fortsättning av programplanen. Det är främst ett verktyg för mig i skissandet och formulerandet av programplanen.



Figur 15. Rumslighetsprogram d.v.s. det visar de rumsligheter som är tänkta att skapas, ekvidistans 1m, modifierad (Hedemora Kommun u.å.).

## 4.2. Presentation och analys av gestaltningen

Här kommer fem skisser vars position är markerade i rumslighetsprogrammet och är det som gestaltningen består av. Till hjälp i skissandet har jag förutom programmen (fig. 14 och fig. 15) haft hjälp av programpunkterna i tabell 3.

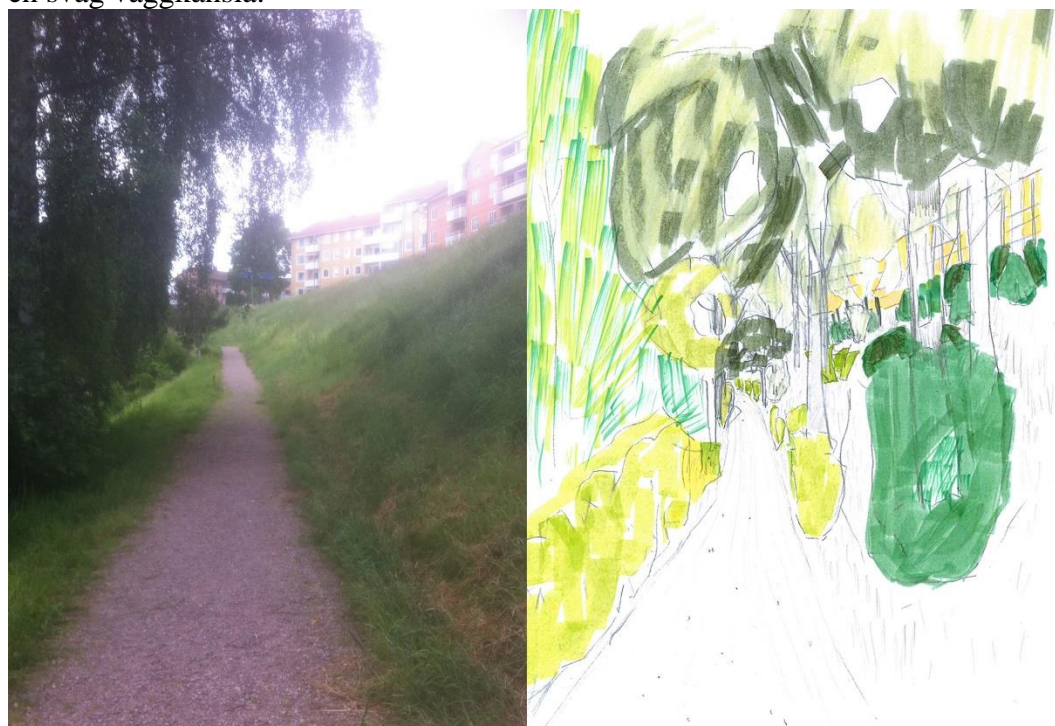
Den första skissen skapar en omslutning med en rumslighet vid parkgränsen, vilket motverkar den diffusa rumsligheten i parken och skapar en starkare rumsupplevelse i parken. Buskar under ögonhöjd skapar även en låg rumslighet som fortfarande ger möjlighet att blicka ut över parken och inge läsbarhet.



Figur 16 ö. Förlaga för skissen under (Melin 2021). Figur 17 n. Parkens yttre gräns (Skiss nr. 1).

Skiss nr 1 skiljer sig på förlagan genom en starkare rumslighet som definierar och skärmar av parken, dock inte totalt då vissa öppningar ger inblick i parken. Detta är delvis en konsekvens att försöka skapa en plats som inger en starkare rumsupplevelse för att skapa en känsla *att vara någon annanstans* men delvis också en konsekvens av att skapa ett fokus inåt då det som finns utanför inte är så intressant och för att skapa en rumslig hierarki med parkens gräns som en överrumslighet med olika rumsligheter inuti den. Inblickarna i parken är till för att skapa spänning och mystik men det skapar även ett intresse och lockar in till parken.

Förlagan till skiss nr. 2 har en rak gångväg med en gräsbeväxt sluttning med en låg komplexitet vilket gör den ointressant och tillsammans den raka gångvägen signalerar transport. Den saknar även rumskapande element förutom branten i sig själv vilket skapar en svag väggekänsla.



Figur 18 . Förlaga för skiss t.v. (Melin 2021). Figur 19. Parkens ytterväggar (Skiss nr. 2) (Melin 2021).

Sluttningen är så pass brant så den inte kan användas till att gå på och utnyttjas därför till fullo för det estetiska intrycket, vilket kan skapa komplexitet och inge en mjuk fascination för exotiska eller intressanta växtkombinationer. Marktäckare och lägre perenner kan planteras likväl som buskar i knähöjd, under ögonhöjd och över ögonhöjd. Gräset i mellan kan skäras med röjsåg eller lie 1-2ggr/år och höet bortforslas för att på sikt skapa ett artrikt ängshabitat. Gångvägen kan ej ledas om till att inte vara rak p.g.a. branten men buskar under ögonhöjd och över ögonhöjd kan användas för att skapa mysterium (Se fig. 25.) och för att förstärka siktlinjer och utnyttja dragningskraften neråt.

Förlagan till skiss nr. 3 har funktionen av en öppen scen med en gräsmatta för åskådare. Därför blir det viktigt att bevara den visuella kontakten till scenen samtidigt som platsen nu har ganska få intryck och en svag rumslighet som fortsätter längsmed de plana ytorna bakom scenen.





Figur 20 ö. Förlaga för skissen under. 3 (Melin 2021). Figur 21 n. Scenrummet (Skiss nr. 3) (Melin 2021).

Buskar och perenner som inte blir högre än cirka 0.5m används som häckar i ett dynamiskt formspråk för att ringa in besökarnas platser och göra att olika grupper kan få

en mer privat känsla. Platsen kan även passa för picknick eller ölhäng för en eller flera grupper. Växtelementen upprepar sig e.g. i dess formspråk visuella uttryck eller storlek för att skapa samstämmighet. I motsatt riktning till skissens utblick finns parkgränsen, och där används samma lösning som i skiss 1 vilket blir extra viktigt för att ge en omslutenhet bakom ryggen för åskådarna samtidigt som det är en lång siktlinje vilken är värdefull att bevara. Bakom scenen (och handikappsparkeringen) planteras buskar och träd för att skapa en omslutenhet för scenrummet.

Förlagan till skiss nr 4 visar en sluttning med en del björkar vilket skapar en porös och svag rumslighet (då väggelementen är svaga) och mängden björkar ger ett säreget estetiskt uttryck.



Figur 22 t.v. Förlaga för kollaget t.h. (skiss 4) (Melin 2021). Figur 23 . Björksalarna (Skiss nr. 4) (Melin 2021).

En nästan överdriven mängd björkar planteras för att skapa en pelarsal av björkar, planterade i en dynamik med tätare björkdungar och glesare gläntor vilket bjuder in flanören att vistas i gläntorna eller uppleva de föränderliga visuella intrycken när en rör sig i pelarsalen. Detta inger känslan av att vara på en exotisk eller i alla fall en plats med ett säreget uttryck och det ger en omslutande känsla av den massiva mängden av alla björkar. Genom att behålla ett unisont golvelement i gräsmattan så blir intrycket inte instängt eller och ger en hög läsbarhet.



Figur 24 t.v. Förlaga för skissen t.h. (Melin 2021). Figur 25 t.h. Mystisk gångväg (Skiss nr. 5) (Melin 2021).

Förlagan till skiss nr. 5 har en del komplexitet tack vare de olika växtelementen, den har även en viss rumslighet med träden men samtidigt svag och porös då det finns visuellt kontakt till närliggande områden. Platsen saknar mindre rumsligheter och väggelement vilka är viktiga för att skapa de mindre rumsligheterna.

Gångvägen har fått en ny krokig dragning vilket tillsammans med buskar och mindre träd som döljer sikten eller förhindrar rörelse skapar en dynamik dolt-avslöjande vilket inger en känsla av mysterium. Till vänster kommer en grupp rumsligheter att uppdagas och med hjälp av lutningen och dragningskraften och delvis dold sikt så skapas en känsla av mysterium och en vilja att utforska vidare. De mindre rumsligheterna skapar olika funktioner som mindre rum för möten eller för att vara själv där personen kan välja att stanna eller fortsätta om den rumsligheten var upptagen samt en känsla av omslutenhet i en mindre skala med väggelement.

En sak som gestaltningen skiljer sig från förlagorna är den stora mängden buskar upp till midjehöjd och ögonhöjd. Innan denna gestaltning fanns i princip inga buskar och dessa visade sig vara viktiga för att skapa flera av gestaltningens egenskaper.

## 5. Diskussion

Sammanfattningsvis gjorde gestaltningen Sveaparken till en plats med mer växtlighet och både starkare rumsligheter och flera olika typer av rumsligheter. Bland annat (1) mer småskaliga rumsligheter med väggelement, vilket är något som den nuvarande gestaltningen i princip helt saknar. (2) En definiering av parken som helhet förstärktes också med rumslighet vilket föll sig naturligt då parken redan har en helhetskänsla ifrån dess hålförm och (3) att skapa ett fokus på och vyer på vissa ställen var också viktiga aspekter.

Resultatet sammanfaller med forskningen i bakgrundskapitlet då jag anser att gestaltningen uttrycker egenskaperna ifrån preferensmatrisen och U.Å.T som e.g. känslan av mysterium och fascination. Detta argumenterar jag stärker, om en svagt, forskningen då resultatet fungerar även med detta nyanserade angreppssätt att specifikt fokusera på rumslighet för att skapa vederkvickelse.

Jag argumenterar att resultatet är generaliserbart då våra mänskliga behov och preferenser är de samma preferensmatrisen (Kaplan et al) och U.Å.T. Men givetvis påverkar även platsens förutsättningar hur gestaltningen blir och vilka uttryck som kan skapas och här är även Robinssons ramverk för rumsligheters funktioner relevant för att analysera detta (Robinson 2016).

Trygghetsperspektivet, vilket nämns i inledningen, beaktas inte i gestaltningen men är ändå viktig, då en person antagligen skulle få en negativ upplevelse av den och det är viktigt i sig självt. Denna forskning motsäger delar av gestaltningen med främst dess rumselement i midje upp till ögonhöjd som kan upplevda faror eller försämrar upplevelsen av flyktmöjligheten och även mysteriumkänslan att något kan finnas dolt längre fram (Gunnarsson et al. 2012). Delar av gestaltningen står sig dock bra med trygghetsperspektivet som en del exotiska platser med god uppsikt i mark och ögonhöjd vilket ger en överblick och därmed trygghet (ibid). Samt egenskaperna läsbarhet och förståelse (Kaplan & Kaplan 1989) är viktiga även för att skapa trygga platser där ett konsekvent rumslighetsspråk och öppningar ger känsla av kontroll och uppsikt vilket borde öka trygghet (Gunnarsson et al. 2012). Detta är ett viktigt perspektiv att ta hänsyn till i framtida gestaltningar och att tolka gestaltningen med detta perspektiv skulle argumenterar jag vissa delar av den eventuellt misslyckas.

Trygghet blir precis som vederkvickelse extra viktigt då vissa grupper missgynnas mer än andra vilket blir ett fall av indirekt diskriminering. Då även upplevelse av rumsligheter och dess vederkvickande effekt är viktiga argumenterar jag att trygghetsperspektivet

borde komplexifieras och inte ses e.g. binärt att det är den enda parametern som är viktig att lösa, eller att det inte finns lösningar ifrån andra samhällsdiscipliner.

### 5.1.1. Framtidsblick för Sveaparken

Jämfört med hur Sveaparken är nu så skulle en mer rumslig gestaltning med mer växtlighet skapa en plats där människor vederkvickas mer argumenterar jag. Detta skulle göra att människor som använder parken mår bättre, vilket i sin tur kan skapa en positiv spiral av mer parkanvändande. Detta skulle stävja den psykiska ohälsan i befolkningen som beskrivs i inledningen. Därför argumenterar jag att Sveaparken och det är möjligt att även andra parker i framtiden bör övervägas att gestaltas med fler och olika uttryck av rumsligheter.

### 5.1.2. Fördelar och nackdelar med metoden

Att använda mig av Roggemas gestaltningsprocess var användbart för att belysa vilka val jag gjorde och vad de baserades på. En styrka med att skissa och göra planer för hand var att det gick snabbt och var därför lättare att ändra. Genom att analysera skisserna med text så krävdes en argumentation och förklaring av dem vilket var bra för att hitta brister och styrkor, detta är den fas som kallas rationaliserande i gestaltningsprocessen (se fig. 3).

En nackdel med skissmetoden för att gestalta rumslighet var att de döljer vad som händer bakom bilden, vilket gör det svårt att utforska hur rumsligheter fungerade längre fram och skapa gestaltningslösningar där det fanns många mindre rumsligheter som interagerade. Speciellt platserna med rörelse fungerade skissen sämre som metod, för de andra platserna fungerade skisserna bättre för att visualisera hur platsen fungerar rumsligt. En tredimensionell modell av gestaltningen skulle kunna vara en bättre metod för att undersöka rumsligheter, speciellt en datorgjord sådan med möjligheten att man skulle kunna röra sig runt i modellen i ögonhöjd och undersöka alla möjliga blickpunkter.

## Referenser

- Branzell, A. (1976). *Att notera rumsupplevelser*. Statens råd för byggnadsforskning.
- Brå (2021). *Mäns våld mot kvinnor i fokus - Brottsförebyggande rådet*. [text].  
<https://www.bra.se/om-bra/nytt-fran-bra/arkiv/nyheter/2021-04-23-mans-vald-mot-kvinnor-i-fokus.html> [2021-08-19]
- Engström, L. (2018). Stress. I: Perski, A (red). Nationella vårdguiden 1177.  
<https://www.1177.se/Dalarna/liv--halsa/stresshantering-och-somn/stress/> [2021-03-05]
- Folkhälsomyndigheten (2020). *Statistik psykisk hälsa*.  
<http://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/psykisk-halsa-och-suicidprevention/statistik-psykisk-halsa/> [2021-02-09]
- Gunnarsson, A., Jansson, M., Fors, H. & Kristensson, E. (2012). *Vegetationsstyrning för ökad trygghet*. (2012:13). Alnarp. <https://pub.epsilon.slu.se/9014/> [2021-08-02]
- Hartig, T. (2007). Three steps to understanding restorative environments as health resources. I: Ward Thompson, C. & Travlou, P. (red.) *Open space: people space*. London: Taylor & Francis
- Hedemora kommun (u.å). *Sveaparken primärkarta*. SWEREF 991545 [Kartografiskt material].
- Herzog, T.R. & Bryce, A.G. (2007). Mystery and Preference in Within-Forest Settings. *Environment and Behavior*, 39 (6), 779–796.  
<https://doi.org/10.1177/0013916506298796>
- Jo, H., Rodiek, S., Fujii, E., Miyazaki, Y., Park, B.-J. & Ann, S.-W. (2013). Physiological and Psychological Response to Floral Scent. *HortScience*, 48 (1), 82–88.  
<https://doi.org/10.21273/HORTSCI.48.1.82>
- Kaplan, R. & Kaplan, S. (1989). *The experience of nature : a psychological perspective*. Cambridge: Cambridge Univ. Pr.
- Kaplan, R., Kaplan, S. & Ryan, R.L. (1998). *With people in mind : design and management of everyday nature*. Washington D.C.: Island Press.
- Kaplan, S. (1995). The restorative benefits of nature: Toward an integrative framework. *Journal of Environmental Psychology*, 15 (3), 169–182.  
[https://doi.org/10.1016/0272-4944\(95\)90001-2](https://doi.org/10.1016/0272-4944(95)90001-2)
- Kaplan, S. & Berman, M. (2010). Directed Attention as a Common Resource for Executive Functioning and Self-Regulation. *Perspectives on Psychological Science - PERSPECT PSYCHOL SCI*, 5, 43–57.  
<https://doi.org/10.1177/1745691609356784>
- Lantmäteriet © (2021) *Hedemora 6:1. SWEREF 99 TM, RH 2000*. Flygfoto [Kartografiskt material] <https://minkarta.lantmateriet.se> [2021-07-23].

- Lynch, K. (1968). *The image of the city*. Cambridge [Mass.]: M.I.T. Press & Harvard Univ. Press.
- Lärn-Nilsson, J., Malmquist, J., Frankenhaeuser, M., Meurling, P. & Björn, L.O. (u.å.). *Stress*. <https://www.ne.se/uppslagsverk/encyklopedi/l%C3%A5ng/stress> [2022-03-19]
- Melin, M. Fotografier, (2021).
- Merriam Webster (u.å.). *restorative*. <https://www.merriam-webster.com/dictionary/restorative> [2021-03-11]
- Miljö- och samhällsbyggnadsförvaltningen (2016). Översiktsplan 2030. Hedemora: Miljö och samhällsbyggnadsförvaltningen.
- Nationalencyklopedin (u.å.a). *rum*. <https://www.ne.se/uppslagsverk/ordbok/svensk/rum-1> [2021-07-19]
- Nationalencyklopedin (u.å.b). *vederkvicka*. <https://www.ne.se/uppslagsverk/ordbok/svensk/vederkvicka> [2021-03-11]
- Robinson, N. (2003). *The planting design handbook*. Aldershot: Ashgate.
- Roggema, R. (2017). Research by Design: Proposition for a Methodological Approach. *Urban Science*, 1, 2. <https://doi.org/10.3390/urbansci1010002>
- Stigsdotter, U.K., Ekholm, O., Schipperijn, J., Toftager, M., Kamper-Jørgensen, F. & Randrup, T.B. (2010). Health promoting outdoor environments - Associations between green space, and health, health-related quality of life and stress based on a Danish national representative survey. *Scandinavian Journal of Public Health*,. <https://doi.org/10.1177/1403494810367468>
- Ulrich, R.S., Simons, R.F., Losito, B.D., Fiorito, E., Miles, M.A. & Zelson, M. (1991). Stress recovery during exposure to natural and urban environments. *Journal of Environmental Psychology*, 11 (3), 201–230. [https://doi.org/10.1016/S0272-4944\(05\)80184-7](https://doi.org/10.1016/S0272-4944(05)80184-7)
- University of Michigan, D. of P. (u.å.a). *S. Kaplan*. <https://lsa.umich.edu/psych/news-events/all-news/faculty-news/faculty-memorial---stephen-kaplan--1936-2018-.html> [2021-02-21]
- University of Michigan, D. of psychology (u.å.b). *Rachel Kaplan. Bio Rachel Kaplan*. <https://lsa.umich.edu/psych/people/emeriti-faculty/rkaplan.html> [2021-02-21]
- White, M.P., Pahl, S., Ashbullby, K., Herbert, S. & Depledge, M.H. (2013). Feelings of restoration from recent nature visits. *Journal of Environmental Psychology*, 35, 40–51. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2013.04.002>
- World Health Organization (2013). *Investing in mental health: evidence for action*. Geneva: World Health Organization. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/87232>