



# Hur påverkar dofter vår platsuppfattning?

En litteraturstudie om relationen mellan doft och  
platsuppfattning med fokus på välbefinnande

---

Karin Tagesson

Självständigt arbete • 15 hp  
Sveriges lantbruksuniversitet, SLU  
Fakulteten för landskapsarkitektur, trädgårds- och växtproduktionsvetenskap  
Institutionen för landskapsarkitektur, planering och förvaltning  
Landskapsarkitektprogrammet  
Alnarp 2024



# Hur påverkar dofter vår platsuppfattning? - En litteraturstudie om relationen mellan doft och platsuppfattning med fokus på välbefinnande

*How do smells influence spatial perception? – A literature review on the relationship between smell and spatial perception with a focus on well-being*

Karin Tagesson

**Handledare:** Linnéa Fridell, SLU, Institutionen för landskapsarkitektur, planering och förvaltning

**Examinator:** Kamil Chojnowski, SLU, Institutionen för landskapsarkitektur, planering och förvaltning

**Omfattning:** 15 hp

**Nivå och fördjupning:** G2E

**Kurstitel:** Självständigt arbete i Landskapsarkitektur

**Kurskod:** EX0845

**Program/utbildning:** Landskapsarkitektprogrammet

**Kursansvarig inst.:** Institutionen för landskapsarkitektur, planering och förvaltning

**Utgivningsort:** Alnarp

**Utgivningsår:** 2024

**Omslagsbild:** Karin Tagesson

**Nyckelord:** doftlandskap, landskapsarkitektur, sinnesintryck, tematisk analys, platsupplevelse

**Sveriges lantbruksuniversitet**

Fakulteten för landskapsarkitektur, trädgårds- och växtproduktionsresultat

Institutionen för landskapsarkitektur, planering och förvaltning

## Sammanfattning

Platsupplevelser sträcker sig längre än till de visuella intrycken eftersom vi människor upplever våra omgivningar genom våra samtliga sinnen, däribland luktsinnet. Dofter har stor betydelse för vårt välbefinnande, för hur platser uppfattas och för hur vi interagerar med miljöer. Föreliggande uppsats har till syfte att undersöka relationen mellan doftlandskap och platsupplevelse med fokus på betydelsen av dessa aspekter för välbefinnande. Den metod som utgjort grunden för uppsatsen är en litteraturanalys som gav ett material bestående av tio vetenskapliga artiklar som legat till grund för tematisk analys. Denna analys resulterade i fem teman: *Multisensoriska platsupplevelser*, *Känslor*, *Minnen*, *Platsidentitet* och *Kulturella förutsättningar*. De slutsatser som kan dras av den litteraturanalys som gjorts är att dofter har betydelse för vår platsuppfattning, att relationen mellan plats och doft kan bidra till ökat välbefinnande och att det är möjligt att inom landskapsarkitektur använda sådan kunskap för att skapa hälsofrämjande miljöer.

*Nyckelord:*

doftlandskap, landskapsarkitektur, sinnesintryck, tematisk analys, platsidentitet

## Abstract

Experience of places extend beyond visual impressions since we, as humans, perceive our surroundings through all our senses, including the sense of smell. Smells play a significant role in well-being, how places are perceived, and how we interact with environments around us. The purpose of this essay is to examine the relationship between smellscape and place experiences with a focus on the significance of these aspects for well-being. The method that formed the basis for the essay is a literature review that gave a collection of ten scientific articles used in a thematic analysis. This analysis resulted in five themes: *Multisensory Place Experiences*, *Emotions*, *Memories*, *Place Identity*, and *Cultural Conditions*. The conclusions drawn from the literature review indicate that smells influence our perception of place, that the relationship between place and scent can contribute to increased well-being, and that it is possible to use such knowledge within landscape architecture to create health-promoting environments.

*Keywords:*

smellscape, landscape architecture, sensory impressions, thematic analysis, place experience

## Förord

När jag skriver det här befinner jag mig på den plats som jag tror är den första som fått mig att uppmärksamma det doftlandskap jag befinner mig i. På min morfars gård på den Jämtländska landsbygden doftar det av brasa, terpentin och linolja och när jag känner de dofterna någon annanstans är det som att jag direkt transporteras till samma plats. Dofter har fascinerat mig länge och eftersom de haft ett stort inflytande på mig så länge jag kan minnas ser jag en stor potential i att arbeta mer aktivt med dofter i gestaltningssammanhang. Den mänskliga upplevelsen är multisensorisk och trots att dofterna är både flyktiga och diffusa kan de också få oss att minnas och känna.

Min förhoppning är att den här uppsatsen ska uppmuntra landskapsarkitekter, och andra med inflytande på den fysiska miljön, att gestalta för multisensoriska upplevelser och meningsfulla platser. Jag hoppas vidare också uppmuntra dig som individ att aktivera dina samtliga sinnen i dialogen med en plats - för en rikare upplevelse av din omgivning.

Jag vill rikta ett stort tack min handledare Linnéa Fridell som på ett engagerat, generöst och stödjande sätt funnits vid min sida och väglett mig genom processen. Mina motläsare Wanda Haj Khalil och Lava Haj Khalil är jag också mycket tacksam för, eftersom de kommit med insiktsfulla kommentarer och synpunkter på mitt arbete under skrivandets gång. Avslutningsvis vill jag även tacka min mamma som uppmuntrat och inspirerat mig, och som framför allt har varit ett fantastiskt stöd under hela processen.

# Innehållsförteckning

<b>1. Bakgrund</b> .....	<b>7</b>
1.1 Platsuppfattning.....	7
1.2 Sinnesintryck .....	8
1.2.1 Luktsinnet.....	9
1.3 Doft, plats & välbefinnande.....	9
1.4 Att gestalta med doft.....	11
1.5 Syfte, målsättning & frågeställningar .....	12
<b>2. Metod</b> .....	<b>13</b>
2.1 Val av tidskrifter .....	13
2.2 Val av artiklar.....	14
2.3 Relevans- och kvalitetsgranskning .....	15
2.4 Slutligt urval .....	15
2.5 Analys.....	16
<b>3. Resultat</b> .....	<b>18</b>
3.1 Multisensoriska platsupplevelser.....	19
3.2 Känslor .....	20
3.3 Minnen.....	21
3.4 Platsidentitet.....	22
3.5 Kulturella förutsättningar.....	22
3.6 Doft och platsuppfattning med fokus på välbefinnande.....	23
<b>4. Diskussion</b> .....	<b>24</b>
4.1 Slutsatser.....	27
4.2 Metoddiskussion.....	27
<b>Referenser</b> .....	<b>29</b>
<b>Bilaga 1</b> .....	<b>31</b>



# 1. Bakgrund

Denna uppsats skrivs inom ämnet landskapsarkitektur, där frågan om platsuppfattning är lika central som den om estetiska värden. Utöver visuella aspekter, kan ytterligare sinnesintryck som doftupplevelser addera ännu en dimension till platsupplevelsen, vilket kommer att undersökas djupare här för att synliggöra platsupplevelsens komplexitet.

Uppsatsen är disponerad utifrån en bakgrund som innefattar de perspektiv som är grundläggande för att tillgodogöra sig resultatet av studien: platsuppfattning, sinnesintryck, doft, plats och välbefinnande samt att gestalta med doft. Vidare så följer en litteraturanalys som analyseras tematiskt och sedan presenteras och diskuteras utifrån uppsatsens syfte och frågeställningar.

## 1.1 Platsuppfattning

Tim Ingold (2000) som är professor i socialantropologi vid University of Aberdeen, menar att platser kan tillskrivas mening på tre olika nivåer - spirituellt, historiskt och personligt. Platser i landskapet bär på historia och identitet präglad av alla de som uppehållit sig på platsen i fråga genom historien (Ingold 2000), vilket bekräftas av Spirn (1998) som beskriver landskapet som ett rikt och mångfacetterat språk. Genom att analysera detta så kallade språk kan vi öka vår medvetenhet kring samspelet mellan kulturella, sociala och ekologiska aspekter av landskapet. Genom att integrera dessa insikter i planering och gestaltning kan vi skapa hållbara och meningsfulla platser för människor (Spirn 1998).

Det komplexa begreppet plats (place) diskuteras med utgångspunkt i många olika perspektiv och sammanhang av Ingold (2000), som också diskuterar ordet i relation till rum (space) och landskap. Utifrån ett geografiskt och antropologiskt perspektiv förklarar Ingold (2000) att platsen kan beskrivas vara något som uppstår i föreningen av en symbolisk mening och en avgränsad del av jordens yta. I förhållande till en plats framhäver han samspelet mellan användare och den fysiska miljön, men också de immateriella aspekterna en plats erbjuder så som bland annat dofter, som undersöks i denna uppsats (ibid.). Det räcker alltså inte att beskriva platsen utifrån dess fysiska kvaliteter, menar Ingold (2000) som anser att "A place owes its character to the experiences it affords to those who spend time there - to

the sights, sounds, and indeed smells that constitute it's specific ambiance." (Ingold 2000:192)

Vidare beskriver Ingold (2000) hur dessa immateriella värden som bidrar till platsbildandet i sin tur har uppstått till följd av människors interaktion med sin omgivning och vilka aktiviteter de ägnar sig åt på platsen i fråga: "It is from this relational context of people's engagement with the world, in the business of dwelling, that each place draws its unique significance." (Ingold 2000:192). Att man brukar prata om platsers centrum är någonting som Ingold (2000:192) ställer sig emot, och hävdar i stället att platser i sig bör ses som faktiska centrumbildningar. För att förtydliga sitt resonemang förklarar Ingold (2000:192) att det sällan går att fastställa en övergångsgräns mellan två platser, eller för den delen platsers början och slut.

Ytterligare så redogör Ingold (2000:192) för hur man ibland inom geografisk forskning ser på relationen mellan människa och miljö. Detta perspektiv har som utgångspunkt att vi människor alla är kartografer i vår vardag och använder våra kroppar som mätinstrument. Genom att registrera sinnesintryck som sedan bearbetas av vårt intellekt skapar vi en inre bild av våra omgivningar. Denna bild fungerar som en mental karta vilken vi har med oss var vi än är (Ingold 2000:192).

## 1.2 Sinnesintryck

I *The aesthetics of human environments* beskriver Sepänmaa (2007:92-93) mångfalden av sinnliga uttryck som en förflyttning från den intellektuella upplevelsen av staden, till en upplevelse i form av direkta sinnesintryck. Trots detta menar han att även sensoriska stimuli oundvikligen också bearbetas av intellektet (ibid.). Sepänmaa (2007) betonar värdet av att uppleva en plats i mångfalden av sinnesintryck, i stället för att enbart observera det visuella som är dominerande av våra mänskliga sinnen. Däremot menar han ändå att sinnesupplevelserna kan separeras från varandra, fastän de påverkar varandra (ibid.). Det är alltså viktigt att kunna pendla mellan att fokusera på de enskilda sinnesintrycken och att se till helheten av samtliga sinnesintryck som tillsammans utgör en helhet. Sepänmaa (2007) beskriver processen som att vi till en början tar in sinnesintrycken var för sig, för att sedan tolka de tillsammans i en helhet. Slutligen blandar vi dessutom in vårt intellekt och bearbetar sinnesintrycken utifrån vår kunskap och våra erfarenheter, vilket kan påverka upplevelsen ytterligare (ibid.).

Vi går miste om betydelsen av den totala sinnesupplevelsen av en plats när vi lägger vikt på enbart ett sinnesintryck i taget (Sepänmaa 2007). För att skapa en förståelse för en stad, till exempel, är det framför allt synen som vi förlitar oss på (ibid.). Vi upplever staden framför allt genom visuella stimuli, och det är svårt att föreställa sig upplevelsen av en stad utan att använda synen, menar Sepänmaa (2007). Trots detta säger de icke-visuella sinnesintrycken också någonting om



stadens och dess stadsdelars identitet, och vi använder även dessa intryck för att minnas staden som helhet och i sina beståndsdelar (ibid.)

Intrycken av de olika sinnen är heller inte lika starka i alla situationer, utvecklar Sepänmaa (2007). Intrycken kan upplevas både positiva och negativa, vilket gör att den som observerar dessa också väljer att ”stänga av” eller ”sätta på” de intryck som de är intresserade av vilket gör att vissa sinnen blir mer dominanta och andra blir otydligare (Sepänmaa 2007). Denna balans är den som definierar en stads sinnesidentitet, förklarar Sepänmaa (2007).

### 1.2.1 Luktsinnet

Luktsinnet är unikt i fråga om hur det uppfattas av hjärnan i jämförelse med människans övriga sinnen (Bentley et al. 2023). Detta eftersom doftintryck direkt transporteras till delar av hjärnan där känslor och minnen bearbetas. De övriga sinnesintrycken passerar i stället först en region i hjärnan som förenklat kan förklaras fungera som en växel, som sedan vidarebefordrar informationen (Bentley et al. 2023).

Forskning om hippocampus, den del av hjärnan där människan skapar sig en rumslig förståelse, har tidigare främst fokuserat på synintryckens roll i navigering (Bentley et al. 2023). Senare har det emellertid blivit tydligt att denna process i hög grad också påverkas av icke-visuella intryck, inte minst av luktsinnet (Zhang & Manahan-Vaughan 2015). Denise Manahan-Vaughan är forskare inom neurovetenskap vid Ruhr University Bochum i Tyskland och har tillsammans med Sijie Zhang studerat hur doftintryck kan användas för att navigera sig rumsligen (Zhang & Manahan-Vaughan 2015). I sin studie har de undersökt huruvida luktsinnet kan användas för att stödja rumsuppfattning (ibid.). Resultatet visar att dofter faktiskt kan generera rumslig representation, och till och med till viss del ersätta de visuella intrycken, även om synen bidrar med en mer exakt bild av rumslig orientering (ibid.).

## 1.3 Doft, plats & välbefinnande

Doftlandskapet, som här definieras som en den unika och totala doftupplevelsen i en särskild miljö, har stor påverkan på hur vi mår och på våra beteendemönster (Xiao et al. 2022). Ett vanligt sätt att beskriva människors subjektiva upplevelse av hälsa är att utgå ifrån den definition som presenterats av Världshälsoorganisationen (WHO). WHO menar att hälsa ska förstås som ett helhetsbegrepp som innefattar fysiskt, mentalt och socialt välbefinnande (WHO, 2006). Detta begrepp lyfter fram relationen mellan individen och omgivningen vilket pekar på att välbefinnande inte bara påverkas av individfaktorer som hur vi har det ekonomiskt och socialt, vanor och beteenden, utan också påverkas av vår nära omgivning och det samhälle vi lever

i. Betydelsen av omgivningen lyfts särskilt fram inom ramen för forskning med en hälsofrämjande ansats där man talar om att individens hälsa förstås i relation till möjligheten att bo och verka i en hälsofrämjande miljö (WHO, 1998). Detta perspektiv bygger på idén om att det finns en interaktion mellan individer och den omgivning de lever i (Bronfenbrenner, 1979).

Vad gäller relationen mellan hälsa och naturvivelser så finns mycket forskning gjord, men tidigare studier inom detta ämnesområde begränsas generellt till att fokusera visuella och auditiva intryck (Bentley et al 2023). Det har funnits ett kunskapsgap vad gäller forskning som berör förhållandet mellan natur, doft och välbefinnande, som det senaste årtiondet successivt börjat fyllas på (ibid.). Bembibre och Strlič vid Institute for Sustainable Heritage, University College London (UCL) har skrivit en sammanställning på ämnesområdet (se Bembibre & Strlič 2022). Forskningsöversikten visar på en avsaknad av forskning som behandlar just dofter i relation till kulturarv, men uppmärksammar också att det är ett forskningsområde som allt fler börjar intressera sig för på senare tid (Bembibre & Strlič 2022). Det finns således ett forskningsgap vad gäller forskning som berör just dofter och hur de påverkar människor, samhälle och relationen till platsen, men som de senaste tio åren fått ta större plats. I studier på senare år har man också visat att dofter har förmågan att på ett effektivt sätt påverka känslor och beteenden, men också att väcka starka minnen och associationer (Xiao et al. 2022).

Cecilia Bembibres (Bembibre & Strlič 2022) forskning har fokuserat på de sinnliga och immateriella aspekterna av kulturarv, och särskilt kulturellt betydelsefulla dofter i syfte att förstå dofternas värde för människa och samhälle. Bembibre och Strlič (2022) betonar doftens betydelse för hur människor uppfattar, upplever och använder platser. Kunskap om dofter har en viktig roll i vägen till fördjupad förståelse kring detta, men också om hur vi upplever kulturarv (ibid.). I sin forskningsöversikt (Bembibre & Strlič 2022) visar de på att dofter kopplade till en plats ska betraktas som en del av platsens identitet, i enlighet med både Sepänmaa (2007) och Ingold (2000) som båda två också beskriver hur olika sinnesintryck ska ses som platsbildade och identitetsskapande. Bembibre och Strlič (2022) beskriver också att besökare och användare av platser utvecklar relation till dessa platser genom att ta del av platsens dofter. Dessutom framgår av forskningsöversikten att dofter på en plats kan bidra med en känsla av välbefinnande, gemenskap och sammanhang (ibid.).

På en del platser utgör doftlandskapet en stor del av platsers identitet och presenteras officiellt som en del av dess kulturarv (Bembibre och Strlič 2022). Vidare så lyfter författarna (Bembibre & Strlič 2022) fram begreppet ”smellmarks”, som alltså syftar till doftrelaterade landmärken, och hur begreppet kan vara användbart för att beskriva och förstå doftlandskap. Doftlandskapet på en plats kan således verka identitetsskapande för platsen i fråga, och addera en dimension som

förstärker den estetiska och sinnliga upplevelsen, men är dofterna otrevliga kan de istället till och med försämra vår livskvalitet (Xiao et al. 2022).

## 1.4 Att gestalta med doft

*Designing with smell* (Thibaud 2018) inkluderar många perspektiv på gestaltning inom landskapsarkitektur med doft som utgångspunkt, varav några tankar presenteras här. Där beskrivs några aspekter som anses vara nödvändiga att ha i åtanke vid utformning av doftmiljöer (Thibaud 2018:79-81). Doftlandskap kan designas och studeras i tre olika nivåer, som stäcker sig från (1) den specifika platsen, till (2) stadsdelen och slutligen (3) över hela staden i fråga (Thibaud 2018).

Till att börja med är det vanligt förekommande att ha en bild av gestaltning med dofter som någonting som nyligen upptäckts. Trots att området tidigare varit understuderat (Bentley et al. 2023) finns det ett rikt kulturarv av att aktivt arbeta med doftmiljöer i länder som exempelvis Kina, Japan och Korea. Den främsta lärdom som Thibaud (2018) belyser vad gäller detta är den om att vi i gestaltning för framtidens doftlandskap kan lära oss av metoder, verktyg och tillvägagångssätt som använts historiskt.

Vidare så beskrivs (Thibaud 2018:80) en utmaning som uppstår vid gestaltning med dofter. Dofter riskerar att glömmas bort bland andra sinnesintryck och kräver en uppmärksamhet av platsens användare för att nå sin fulla potential (ibid.). En ytterligare problematik som kan uppstå om för starkt doftande växter används i den offentliga miljön är människors allergier som då kan förvärras (Xiao et al. 2018:85).

En möjlighet som kommer med gestaltning av dofter är i stället hur man kan arbeta med dofter för att nå särskilda effekter utöver att skapa en trevlig miljö (Thibaud 2018). Dofter kan ytterligare användas för att reducera stress, väcka minnen, attrahera besökare och verka identitetsmarkerande (ibid.). Det är därav tydligt att frågan om doftlandskap är tätt sammankopplad med välbefinnande, men också exempelvis arkitektur, stadsplanering och marknadsföring för att nämna några ämnesområden (Xiao et al. 2018).

Vid gestaltning av doftlandskap är det i huvudsak de naturliga elementen man arbetar med som arkitekt eller designer. Det kan handla om växter som ger ifrån sig en särskild doft, men det är också möjligt att påverka doftmiljön med hjälp av vatten som kan påverka doftlandskapet på många olika sätt (Xiao et al. 2018) Vatten i rörelse kan exempelvis bidra med ökad luftfuktighet och öka luftens rörelse (ibid.). Det är emellertid luftens egenskaper som är de som har allra störst påverkan på dofter i den fysiska miljön och dessa är både svåra att förutse och kontrollera (Thibaud 2018:81). Detta gör luftens oförutsägbarhet tillsammans med klimat och väder till de kanske största utmaningarna i gestaltning av doftlandskap (ibid.).

De allmänt föredragna dofterna är de naturliga, och särskilt inslag av vatten och väldoftande växter (Xiao et al. 2018: 83). Dessa dofter har visats ha positiva effekter

på människors hälsa, känslor, minnen och uppfattning av platser (Xiao et al. 2018: 83), och det är också dessa doftkällor som främst diskuteras av Xiao et al. (2018). Landskapsarkitekter arbetar redan med växtmaterial och vatteninslag i gestaltning av miljöer, men växter och vatten kan utöver de mer självklara aspekterna också erbjuda funktioner som till exempel att förbättra doftmiljön på en plats (ibid.). Växter som exempelvis ros, jasmin och lavendel ger ifrån sig dofter som människor i stor utsträckning uppskattar, men de kan också användas strategiskt för att maskera oönskade dofter (Xiao et al. 2018).

## 1.5 Syfte, målsättning & frågeställningar

Syftet med föreliggande studie är att undersöka relationen mellan doftlandskap och platsupplevelse med fokus på betydelsen av dessa aspekter för välbefinnande.

Syftet konkretiseras med hjälp av följande tre frågeställningar som utgör utgångspunkt för en tematisk litteraturanlys:

1. Hur påverkar dofter vår platsuppfattning?
2. Vad säger tidigare forskning om dofter och platsuppfattning med avseende på välbefinnande?
3. Hur kan kunskap om dofter och platsuppfattning användas inom landskapsarkitektur med syfte att skapa hälsofrämjande miljöer?

Målet med denna uppsats är att bidra med perspektiv på hur platsupplevelse, doft och välbefinnande kan sättas i relation till varandra. Med en litteraturanlys som grund för studien är förhoppningen att uppmärksamma hur kunskap om dofter och hur de påverkar människa och miljö, kan tillämpas i landskapsarkitektur för att gestalta funktionella och attraktiva miljöer för ökat välbefinnande.

## 2. Metod

För att besvara uppsatsens syfte och frågeställningar har en litteraturanalys i enlighet med Friberg (2006) gjorts. Denna analysprocess kan förenklat beskrivas i följande steg: val av tidskrifter, val av artiklar och kvalitetsgranskning av valda artiklar för slutligt urval av underlag för analys. Därefter följer en tematisk analys av vald litteratur. Processen avslutas med tolkning och diskussion av resultat. Dessa steg presenteras och förklaras mer ingående här, och förtydligas i tabell 1.

Tabell 1. Översikt över analysprocess

<b>Litteratursökning</b>	
Steg 1	Sökning av litteratur med vald söksträng.
Steg 2	Granskning av titel och abstract utifrån inklusions- och exklusionskriterier.
Steg 3	Granskning genom närläsning av abstract utifrån syfte och kvalitetsgranskningsprotokoll.
<b>Tematisk analys</b>	
Steg 4	Tematisk analys utifrån första frågeställningen: Hur påverkar dofter vår platsuppfattning?
Steg 5	Fördjupad analys utifrån andra frågeställningen: Vad säger tidigare forskning om dofter och platsuppfattning med avseende på välbefinnande?
<b>Tolkning</b>	
Steg 6	Tolkning och diskussion av resultat utifrån syfte och samtliga frågeställningar och med stöd av den litteratur som presenteras i uppsatsens bakgrund.

### 2.1 Val av tidskrifter

Som första steg har inläsning genom en översiktlig litteratursökning genomförts, för att undersöka vilka vetenskapliga tidskrifter som publicerar forskning på ämnet. Sökningar efter tidskrifter har gjorts i vetenskapliga databaser. De tidskrifter som påträffades och som valts ut för analys är sådana som var återkommande vid den översiktliga litteratursökningen och som publicerar forskning inom landskapsarkitektur och planering, psykologi och hälsa samt miljö- och samhällsvetenskap. I och med att frågeställningarna i föreliggande studie berör tvärvetenskapliga ämnen, har en variation av tidskrifter valts ut för att fånga en bredd i forskningsområdet, med olika perspektiv. Vidare så har endast vetenskapliga tidskrifter med den vetenskapliga granskningen peer review inkluderats för att säkerställa en god kvalitet på de artiklar som inkluderats. Mot

bakgrund av detta är det följande tio tidskrifter som inkluderats i studiens litteraturanlys:

4. Ambio
5. Emotion, Space and Society
6. Ethics, Place & Environment
7. Frontiers in Psychology
8. International Journal of Environmental Research and Public Health
9. Journal of Landscape Architecture
10. Journal of Urban Planning and Development
11. Landscape and Urban Planning
12. Landscape Journal
13. Rehabilitation Psychology

## 2.2 Val av artiklar

I relation till syftet för studien valdes sökord för att fånga in förhållandet mellan doft och platsupplevelse: olfactory, scent och smell respektive place och environment. Utifrån dessa skapades den söksträng som användes som grund för sökningar i samtliga tidskrifter: (olfactory OR scent OR smell) AND (place OR environment).

För att säkerställa att underlag till analysen både är relevant för uppsatsens syfte och är vetenskapligt och empiriskt grundat, så har följande inklusions- och exklusionskriterier formulerats för studien.

Inklusionskriterier:

- Originalartiklar (endast de artiklar som redovisar egen empiriskt baserad forskning inkluderas).
- Analyser baserade på kvalitativa data.
- Artiklar publicerade de senaste tio åren (2015–2024).
- Artiklar författade på engelska.
- Artiklar med fulltext tillgänglig via universitetets databaser.

Exklusionskriterier:

- Översiktsartiklar (reviews).
- Metodartiklar.
- Analyser baserade på kvantitativa data.

## 2.3 Relevans- och kvalitetsgranskning

Som sista steg i processen för urval av vilka artiklar som skulle ingå i analysen har en relevans- och kvalitetsgranskning genomförts. Genom närläsning av abstract gjordes en bedömning av artiklarnas relevans i förhållande till uppsatsens syfte. Det innebar att artiklarna skulle inkludera resultat som handlar om relationen mellan doft och plats. Dessutom skulle artiklarna behandla utomhusmiljöer och ha den mänskliga upplevelsen som utgångspunkt.

För att säkerställa en god kvalitet på de artiklar som inkluderats har ett bedömningsprotokoll använts (se Bilaga 1). Det som använts för denna studie är hämtat från Statens beredning för medicinsk och social utvärdering, SBU, (2022). Protokollat består av fem frågeområden som handlar om (1) teori, (2) deltagare, (3) datainsamling, (4) analys och (5) forskarens kompetens. Utifrån denna granskning görs en sammanvägd bedömning av eventuella metodologiska brister. De artiklar som bedöms ha obetydliga eller måttliga brister inkluderas, medan de som bedöms ha stora brister exkluderas i det slutliga urvalet.

## 2.4 Slutligt urval

Den strukturerade litteratursökningen gav vid inledande sökning med vald söksträng totalt 435 träffar i de valda tio tidskrifterna. Efter översiktlig läsning av abstract då bedömning gjordes av vilka artiklar som mötte valda inklusions- och exklusionskriterier kom 33 artiklar att kvarstå. Därefter följde närläsning av abstract med slutlig bedömning av relevans i relation till uppsatsens syfte samt kvalitetsgranskning i enlighet med valt protokoll (SBU, 2022). Efter denna slutliga bedömning av vilka artiklar som skulle ligga till grund för tematisk analys kom totalt tio artiklar att kvarstå. Processen för relevans- och kvalitetsgranskning resulterade alltså i tio vetenskapliga artiklar vilka slutligen inkluderades i en tematisk analys.

Resultatet av den strukturerade litteratursökningen presenteras i tabellform, nedan, för att förtydliga samtliga steg i urvalsprocessen.

Tabell 2. Översiktlig beskrivning av strukturerad litteratursökning

Tidskrift	Totalt antal träffar	Urval efter översiktlig läsning	Slutligt urval efter närläsning	Övrig information
Tidskrifter presenterade i bokstavsordning	Antal träffar med vald söksträng	Granskning av titel och abstract utifrån inklusions- och exklusionskriterier	Granskning genom närläsning av abstract utifrån syfte och kvalitetsgranskningsprotokoll	Litteratur i fulltext hämtad från
Ambio	20	3	2	Förlagets hemsida: Springer
Emotion, Space and Society	99	8	3	Databasen Science Direct
Ethics, Place & Environment	14	0	0	Förlagets hemsida: Taylor & Francis
Frontiers in Psychology	27	8	2	Databasen PubMed
International Journal of Environmental Research and Public Health	125	7	2	Database PubMed
Journal of Landscape Architecture	16	3	0	Förlagets hemsida: Taylor & Francis
Journal of Urban Planning and Development	32	0 (fulltext ej tillgänglig)	0	Tidskriftens hemsida
Landscape and Urban Planning	100	4	1	Databasen Science Direct
Landscape Journal	2	0	0	Databasen JSTORE
Rehabilitation Psychology	0	0	0	Databasen PubMed
<b>Totalt antal artiklar</b>	<b>435</b>	<b>33</b>	<b>10</b>	

## 2.5 Analys

Efter den strukturerade litteratursökningen (i enlighet med Friberg, 2006) genomfördes en tematisk analys av de tio artiklar som utgjorde det slutliga urvalet för uppsatsen. I det första skedet av analysen av materialet som studerats, har artiklarna översiktligt lästs igenom ett flertal gånger för att få en översiktlig inblick i innehållet hos de samtliga artiklarna och få en första förståelse för deras sammanhang. Därefter har artiklarna mer ingående studerats var för sig, med utgångspunkt i ett sökande efter hur doft i relation till platsupplevelse diskuteras (om det berörs) och även vilka perspektiv på doft och plats som inkluderas, för att sammanställa hur artikeln behandlar uppsatsens frågeställningar. Parallellt med sökandet efter diskussion om doft och platsuppfattning, har materialet också studerats med frågan om välbefinnande som utgångspunkt, för att undersöka om



hur frågan om välbefinnande relaterar till artiklarnas innehåll. Det analyserade materialet har dessutom lästs med utgångspunkt i arbetets tredje frågeställning, som handlar om hur kunskap om relationen mellan doft och platsuppfattning kan användas inom landskapsarkitektur i praktiken. För att möjliggöra en diskussion om denna frågeställning, som berör gestaltning, har den också besvarats med stöd av bakgrundslitteraturen.

Detta innebär att materialet analyserats utifrån arbetets tre frågeställningar. För varje artikel som studerats har ämnesområden som bedöms viktiga i fråga om plats, doft och landskapsarkitektur i praktiken antecknats, och likaså de perspektiv på välbefinnande som presenteras. Därefter har sammanställningarna jämförts med varandra, för att identifiera likheter, skillnader och mönster mellan de studerade artiklarna.

### 3. Resultat

Syftet med föreliggande arbete är som tidigare nämnt att undersöka relationen mellan doftlandskap och platsupplevelse, med särskilt fokus på hur dessa aspekter kan påverka människors välbefinnande. En tematisk analys av tio vetenskapliga artiklar har genomförts och presenteras här.

Av de tio tidskrifter som ingick i analysen återfinns fem stycken i det slutgiltiga urvalet. De tidskrifter som är representerade är *Ambio* (Bentley et al. 2023; Raatikainen et al. 2023), *Emotion, space and society* (Kale et al. 2019; Korjonen-Kuusiuro & Meriläinen-Hyvärinen 2016; Xiao et al. 2020), *Frontiers in psychology* (Glass et al. 2014; Lindborg & Kongmeng 2021), *International Journal of Environmental Research and Public Health* (Dai 2022; Jenkins et al. 2015) och *Landscape and Urban planning* (Chan 2022). Materialet som analyserats kommer från Europa (Bentley et al. 2023; Glass et al. 2014; Korjonen-Kuusiuro & Meriläinen-Hyvärinen 2016; Raatikainen et al. 2023; Xiao et al. 2020), Asien (Dai 2022; Chan 2022; Lindborg & Kongmeng 2021), USA (Jenkins et al. 2015) och Nya Zeeland (Kale et al. 2019).

Resultatet presenteras i form av fem teman som framkom från analysen av de tio artiklarna som kvarstod efter urvalsprocessen. Dessa fem återkommande teman som baseras på analys av materialet kom att bli (1) multisensoriska platsupplevelser, (2) känslor, (3) minnen, (4) platsidentitet och (5) kulturella förutsättningar. Statistik för antal artiklar som på olika sätt behandlade respektive tema framgår i tabell 3 nedan.

Tabell 3: Andel av analyserat material som återfinns i respektive tema

Tema	Antal artiklar (av totalt 10)	Procentuell andel av urval
Multisensoriska platsupplevelser	8	80 %
Känslor	8	80 %
Minnen	8	80 %
Platsidentitet	6	60 %
Kulturella förutsättningar	6	60 %

För att sammanfatta fördelningen av teman i det analyserade materialet kan resultatet delas in i två huvudgrupper baserat på frekvensen av deras förekomst. Den första gruppen inkluderar de tre teman (multisensoriska platsupplevelser, känslor och minnen) som samtliga återfinns i åtta av de tio analyserade artiklarna (se tabell 3). I den andra gruppen återfinns två teman (platsidentitet och kulturella förutsättningar) som observerades i sex av de tio analyserade artiklarna (se tabell 3).

De teman som var dominerande var således multisensoriska platsupplevelser, känslor och minnen kopplade till platsupplevelser följt av platsidentitet och kulturella förutsättningar som också återfanns i en majoritet av artiklarna.

Utöver dessa konstaterade teman resulterade analysen också i några ytterligare upptäckter om mönster, som inte representerades av så många artiklar att de kan ses som teman. Dessa handlar symbolisk representation genom dofter, doftlandskapets roll för att känna sig ”hemma”, betydelsen av platsers doftlandskap för personer med nedsättning av andra sinnen och kontrasten mellan stadsdofter och dofter från naturen.

### 3.1 Multisensoriska platsupplevelser

Här syftar ”multisensoriska platsupplevelser” till hur relationen mellan doft och plats i det analyserade materialet diskuteras utifrån doftupplevelsen som beståndsdel i en multisensorisk upplevelse. Den multisensoriska upplevelsen inkluderar alltså samtliga sinnesintryck, som är viktiga för platsuppfattningen, där doft ingår men sällan nämns frikopplad från andra sinnesstimuli.

Raatikainen et al. (2023) har studerat människans relation till naturen utifrån både ett miljö- och samhällsvetenskapligt och ett konstvetenskapligt perspektiv. Studiens resultat delas bland annat in i olika koncept som avser hur människan interagerar med naturen. Dessa koncept delas i sin tur upp i olika kategorier, varav en kallas ”Sensed and Valued” (Raatikainen et al. 2023:188) och innefattar idéer om dofter men också andra sinnesintryck: ”For example, nature was ’experienced through different senses; landscapes and views; smell and touch [—]’” (Raatikainen et al. 2023:187). Doftintryck beskrivs av Raatikainen et al. (2023) vara en viktig faktor för platsuppfattning och hur vi upplever naturen, men artikeln fokuserar framför allt den multisensoriska upplevelsen som ger en holistisk förståelse för människors förhållande till platsupplevelsen.

Detta angreppssätt återkommer i flera av artiklarna som studerats, det vill säga att doftperspektivet ses som en underkategori till de mer generella sinnesintrycken (se till exempel Bentley et al. 2023; Chan 2022; Dai 2022; Jenkins et al. 2015; Lindborg & Kongmeng 2021). Ett exempel på detta är hur Jenkins et al. (2015) redogör för att synskadade upplever den fysiska miljön med hjälp av multisensoriska intryck, och hur de kan både hjälpa och hindra dem i användningen av offentliga miljöer. Dofter, tillsammans med andra sinnesintryck, kan vara ledtrådar i orienteringen för synskadade, vilket exemplifieras här: ”Often respondents with visual impairment reported that they capitalized on multi-sensory cues (such as traffic sounds, smell, texture of ground surface, and temperature) collectively to determine and validate their direction for orientation and mobility” (Jenkins et al. 2015). Vidare så belyser Dai (2022) vikten av platsupplevelser som erbjuder mer än visuella intryck, och i huvudsak hur detta är relevant i fråga om att

skapa platser som är attraktiva för unga människor. Enligt Dai (2022) är unga människor, särskilt kvinnor, mer mottagliga för icke-visuella sinnesupplevelser och värdesätter den multisensoriska upplevelsen högre än genomsnittet. Är målsättningen att skapa miljöer som tilltalar unga bör man alltså ha ljud- och doftlandskap i åtanke (Dai, 2022).

## 3.2 Känslor

Frågan om hur dofter kopplade till platser relaterar till känslor beskrivs tydligt av Glass et al. (2014) som i sin studie undersökt huruvida dofter kan väcka grundläggande känslor hos människor. I sitt resultat visar Glass et al. (2014) att dofter som exempelvis dofterna av sommarluft och bivax, väcker både fysiska reaktioner och känslor av glädje vilket innebär att dofter i urbana miljöer har potential att påverka oss emotionellt.

Xiao et al. (2020) stärker ytterligare upptäckterna från den studie som gjorts av Glass et al. (2014) och menar att dofter har förmågan att väcka starka känslor associerade till platser, vilket exemplifieras av följande citat:

A bit watery smell and less fumes. I can smell the chlorine in the water. Nice, good. It makes me feel clean and reminds me of the smell of the swimming pool. It is a nice chemical smell ... It makes me feel happy. I love water features. Actually, I like the sound of running water. It makes me feel free. Well, the smell of course plays a part of it (Xiao et al. 2020:4).

Denna studie resulterar också i upptäckter om att människor också till viss del kontrollerar de emotionella reaktionerna kopplade till doft- och platsupplevelser (ibid.). Genom att ignorera en oönskad sammansättning av dofter i exempelvis urbana miljöer, ges mindre uppmärksamhet till dofterna vilket förmildrar de negativa känslorna som annars skulle kunna uppstå i situationen (Xiao et al. 2020:7)

Även studien av Raatikainen et al. (2023) om människors komplexa och holistiska förhållande till sin miljö poängterar vikten av känslor kopplade till sinnesupplevelser i människors relation till naturen. Av denna studie framkommer att naturen, som upplevs genom olika sinnesintryck, ofta är starkt kopplad till positiva känslor och välbefinnande. Däremot har individuella förutsättningar så som kulturella och emotionella aspekter betydelse för hur man förhåller sig till naturen, och vilka känslor som uppstår i interaktionen med naturen. (Ibid.) Detta förtydligas genom ett citat hämtat från litteraturen:

The code group Emotions had the highest frequency of coded data segments, containing participants' emotional reactions and sensory experiences in relation to the performance and the site, as well as their memories of earlier visits there (Raatikainen et al. 2023:191).

### 3.3 Minnen

Utifrån den litteraturanlys som genomförts inom ramarna för denna uppsats går det inte att bortse från de starka argumenten för hur doft- och platsupplevelser relaterar till, och kan beskrivas utifrån associationer till minnen. Korjonen-Kuusiuro & Meriläinen-Hyvärinen (2016) uppmärksammar detta utifrån två på olika sätt förlorade platser i Finland, och hur tidigare invånare beskriver relationen till dessa platser. Korjonen-Kuusiuro & Meriläinen-Hyvärinen (2016) beskriver fenomenet plats som mer än den fysiska aspekten och framhäver de emotionella och historiska perspektiven som också bidrar till platsens identitet. I studien konkretiseras detta av en av intervjupersonerna som förklarar saknaden av ett förlorat hem, dofter och andra sinnesstimuli associerade till denna plats:

[—] they reminded me of the loss, evoking the memories of my garden and all those flowers, colours, lights, sounds and smells I enjoyed so much. [—] (Korjonen-Kuusiuro & Meriläinen-Hyvärinen 2016:32)

Xiao et al. (2020:6) tydliggör hur en plats (i det här fallet en tågstation) kan ge upphov till negativa associationer för någon och samtidigt positiva associationer för en annan person som exemplifierat av en intervjudeltagare:

I don't mind the train smell because it reminds me of going away. I don't use trains for business or work. Mine would be for pleasure. All I remember is pleasurable journeys. So, I quite like the smell of the train [—]" (Xiao et al. 2020:6)

En studiedeltagare som varit med i en workshop om doftupplevelser i woodland-miljöer i England uttrycker sig såhär:

I got kind of a classic leaf mould smell. It was one of those smell-to-memory moments where, you know, I was suddenly back in the back garden with my Dad and I'm eight and he's turning over the compost heap on an autumn morning on a Sunday. You know, I'm helping him out. So it was kind of quite an emotional moment, sort of getting that kind of connection. (Bentley et al. 2023:6).

Resultatet från studien visar generellt på en tydlig relation mellan dofter och minnen (Bentley et al. 2023). Specifika dofter som studiedeltagarna uppfattade under workshopen kopplade de i stor utsträckning till barndomsminnen snarare än andra associationer närmare i tid (Bentley et al. 2023:6-7).

### 3.4 Platsidentitet

Dofter kan också agera identitetsstärkande för platser. Är doftidentiteten tillräckligt stark på en plats, kan den till och med ses som ett "landmärke":

Smell associated with places can assist orientation, and verify one's location or travel path, as it creates a distinct landmark for a particular area (Jenkins et al. 2015:8650).

Kale et al. (2019) har vidare undersökt multisensoriska aspekter av att känna sig "hemma" som nyinflyttad på en plats - med utgångspunkt i integrationen av nyanlända i Wellington, Nya Zeelands huvudstad. Kale et al. (2019) menar att dofter kan användas som verktyg för att upprätthålla och markera en kulturell identitet och känsla av "hemma" och tillhörighet även någon annanstans än där man är uppvuxen. På så sätt är det möjligt att genom dofter, till viss del, tillskriva en plats en identitet som från början saknas.

### 3.5 Kulturella förutsättningar

I kontexten av Nya Zeeland påvisar Kale et al. (2019) en skillnad i hur olika kulturella grupper av människor har skilda uppfattningar av sinnesintryck. Dofter symboliserar olika saker beroende på människors kulturella bakgrund, och en doft som en person associerar med "hemma" gör inte nödvändigtvis det för någon annan (Kale et al. 2019).

Xiao et al. (2020) uppmärksammar vidare att doftupplevelser är både personligt och kulturellt präglade, även om en studiedeltagare generaliserade associationer till dofter

Obviously, with the clean smells, you associate with clean things. I think it is just everybody likes clean things. If you cleaned your room, it would be a fresh smell and quite nice" (Xiao et al. 2020:5).

Denna generalisering kan vara sann för en grupp människor med liknande sociokulturell bakgrund, men doftupplevelser bör alltså ses som subjektiva, personliga och kulturella (Xiao et al. 2020).

I enighet med Xiao et al. (2020) menar även Chan (2022) att kulturell bakgrund tillsammans med många andra aspekter bidrar till hur man upplever sinnesstimuli och doftlandskap. I en analys har Chan (2022) sammanfattat tidigare forskning om multisensoriska platsupplevelser. Där framgår bland annat att kulturella skillnader påverkar den multisensoriska upplevelsen och att lokalbefolkningen och turister på samma destination har haft skilda multisensoriska upplevelser kopplade till en plats (Chan 2022:3)

### 3.6 Doft och platsuppfattning med fokus på välbefinnande

När den inledande tematiska analysen hade gjorts följde ytterligare ett steg i analysprocessen där de lästa artiklarna analyserades med fokus på hur doft och platsanknytning beskrevs i materialet utifrån olika perspektiv på välbefinnande (jämför med WHO 2006; 1998). I materialet som analyserats är det sex av tio artiklar som ordagrant inkluderar begreppet välbefinnande, och direkt relaterar till konceptet. De resterande fyra artiklarna bedöms också behandla frågan om välbefinnande, om än utan att ordet välbefinnande bokstavligen nämns.

En av artiklarna (Bentley et al. 2023) är centrerad kring samspelet mellan natur, doft och välbefinnande och undersöker hur naturmiljöer bidrar till välbefinnande under olika årstider. Resultatet från studien visar att välbefinnandet kan påverkas både positivt och negativt av olika doftintryck i naturen, och Bentley et al. (2023) skiljer dessutom på dofters påverkan på olika typer av upplevt välbefinnande, som kategoriseras enligt följande: fysiskt, emotionellt, globalt, spirituellt och kognitivt välbefinnande. Studien visar på att det fysiska välbefinnandet är det som kommenterades mest frekvent av studiedeltagarna, både i relation till specifika naturdofter och i relation till avsaknad av angelägna dofter. Därefter följer det emotionella, kognitiva, spirituella och globala välbefinnandet i ordningsföljd av betydelse i studiens resultat (ibid.)

Den studie Dai (2022) gjort, med fokus på hur ungdomar uppfattar urbana parker, visar att mer genomtänkta doft- och ljudmiljöer i urbana parker skulle locka fler ungdomar till dessa parker, vilket i sin tur skulle kunna leda till ökat välbefinnande. Även Lindborg & Kongmeng (2021) menar att doftlandskap är en viktig dimension att ta hänsyn till vid gestaltning och planering av vår fysiska miljö, inte minst därför att dofter har potential att öka välbefinnandet hos människor.

Av de fyra artiklar som inte uttryckligen diskuterar begreppet välbefinnande är det två som handlar om multisensoriska upplevelser i relation till nedsättning av syn respektive hörsel (Chan 2022; Jenkins et al. 2015). De bedöms därför ändå relatera till välbefinnande utifrån hur det definieras i föreliggande uppsats (WHO 2006; 1998). Forskning om den multisensoriska upplevelsen för "hemmakänsla" (Kale et al. 2019) bedöms också beröra begreppet välbefinnande, eftersom artikeln handlar om integration och känsla av sammanhang och tillhörighet hos nyanlända i Wellington, Nya Zeeland. Slutligen bedöms också den studie som genomförts av Xiao et al. (2020), och som handlar om hur doftlandskap väcker känslor hos människor, beröra välbefinnande eftersom de lyfter fram emotionella tillstånd som kan påverka det allmänna välbefinnandet hos människor i mötet med sin omgivning och dess dofter.

Sammantaget visar analysen alltså att välbefinnande är tätt sammankopplat med platsuppfattning och doftupplevelser.

## 4. Diskussion

Syftet med denna uppsats har varit att undersöka förhållandet mellan doftlandskap och platsupplevelse, med särskilt fokus på hur dessa aspekter kan ha betydelse för människors välbefinnande. Tre frågeställningar har legat till grund för uppsatsen, där de första två – som handlar om doft och plats respektive betydelsen av doft och plats för välbefinnande – riktats mot litteraturen för att genom litteraturanalys skapa förutsättningar för att kunna diskutera den tredje huvudsakliga frågeställningen, vilket görs här. Här används dessa frågeställningar som grund för diskussionens struktur.

Till att börja med diskuteras här den första frågeställningen, som handlar om hur dofter påverkar platsuppfattning. Litteraturanalysens resultat visar bland annat att doftlandskapet på en viss plats bör ses som en del av en multisensorisk platsupplevelse, vilket syns i temat *Multisensoriska platsupplevelser* som skapades i den tematiska analys som gjorts. Den multisensoriska upplevelsen bör beaktas i relation till platsuppfattning för att se till ett holistiskt perspektiv på platsupplevelsen (Raatikainen et al. 2023). Utöver de visuella intrycken har multisensoriska upplevelser kopplade till platser stort inflytande på användarnas relation till platsen i fråga, och dofter är alltså en bidragande faktor till hur människor som vistas på en plats uppfattar den (Bentley et al. 2023; Chan 2022; Dai 2022; Jenkins et al. 2015; Lindborg & Kongmeng 2021 med flera). Att se på platsuppfattning utifrån ett samspel av sinnesintryck är någonting som i bakgrunden också framhävs av framför allt Ingold (2000) och Sepänmaa (2007). Ingold (2000) inkluderar doften i sin beskrivning av vad som utgör en plats och dess karaktär, men likt materialet som analyserats så nämns doftaspekten i ett multisensoriskt sammanhang. Med utgångspunkt i bakgrunden tillsammans med resultatet av litteraturanalysen blir det därför tydligt att doftintrycken har relevans för hur vi upplever platser, men att de i mindre utsträckning har undersökts fränkopplat från en övergripande sinnesupplevelse. Trots att doft mindre ofta undersökts för sig, så finns det de som menar att doftintryck och andra sinnesintryck kan separeras från varandra - även när de ingår i en helhetsupplevelse av sinnesstimuli som påverkar varandra (Sepänmaa 2007).

Dofter i den fysiska miljön har också möjlighet att väcka starka känslor (tema *Känslor*, se t.ex. Glass et al. 2014; Raatikainen et al. 2023; Xiao et al. 2020) och minnen (tema *Minnen*, se t.ex. Korjonen-Kuusiuro & Meriläinen-Hyvärinen 2016; Bentley et al. 2023) hos människor. I detta sammanhang kan en förståelse vara att doftmiljön på en plats därför inte enbart påverkar användarnas upplevelse och inställning till den specifika platsen, utan att platsen dessutom kan ses som en utgångspunkt för doftresor i tid och rum (se *Minnen*, *Känslor* och *Kulturella förutsättningar*). Detta innebär att dofter kan påverka vår platsuppfattning, men att



det är svårt att besvara frågan om *hur* de påverkar vår gemensamma doftuppfattning eftersom relationen till dofter är individuell. Enligt Ingold (2000) kan platsen tillskrivas mening på tre olika nivåer (spirituellt, historiskt och personligt) och utifrån litteraturanalysens resultat (se tema *Minnen*) är en tolkning att det också går att vända på resonemanget och reflektera hur platser dessutom kan påverka individen. Man kan alltså se på det som att platser och deras doftlandskap har påverkan på oss människor på ett spirituellt och personligt plan, men också på ett historiskt plan med avseende på vår individuella bakgrund och våra minnen, som väcks i mötet med doftmiljöer.

Att dofter i vår omgivning väcker minnen och känslor kan förklaras av hur doftintrycken, som nämnt av Bentley et al. (2023), direkt transporteras till den del av hjärnan bearbetar just minnen och känslor. Mot denna bakgrund är det alltså inte förvånande att *Känslor* och *Minnen* framkom som teman i resultatet av litteraturanalysen. Att doftintryck upplevs väcka starka minnen och känslor kan alltså ha en kognitiv förklaring (jämför med Bentley et al. 2023).

Utöver de personliga associationerna relaterade till dofter som påverkar människors upplevelse av en plats, har också kulturella erfarenheter (se tema *Kulturella förutsättningar*) betydelse för hur dofter påverkar vår platsuppfattning (se t.ex. Chan 2022; Kale et al. 2019; Xiao et al. 2020). Sepänmaa (2007) beskriver upplevelsen av sinnesstimuli i olika steg, där vi först reagerar på ett sinnesintryck i taget för att sedan förstå den multisensoriska helheten och sist också applicera vårt intellekt och således bearbetar intrycken utifrån våra egna erfarenheter. Även om vi objektivt känner samma doft, går det utifrån detta perspektiv att förklara varför vi trots detta har olika uppfattning om dofter utifrån vår kulturella bakgrund.

Resultatet visar vidare att dofter kan skapa, stärka och upprätthålla en lokal identitet på en plats (vilket framkommer i tema *Platsidentitet*, se t.ex. Jenkins et al. 2015; Kale et al. 2019). Detta kan exempelvis vara av nytta att ha i åtanke vid planering för människor med funktionsnedsättningar så som syn- och hörselskador. Dofter kan nämligen fungera som ledtrådar vid orientering, om de är tillräckligt tydliga identitetssymboler för platsen i fråga. Att använda dofter som identitetssymboler kan dessutom vara ett sätt att skapa hemtrevnad och en känsla av sammanhang, vilket är särskilt relevant när man önskar skapa trivsamma miljöer för ökat välbefinnande hos människor som av olika anledningar tvingats lämna sina hem. Tema *Platsidentitet* kan alltså förstås i förhållande till hur bland annat Ingold (2000) ser på immateriella aspekter som medskapande av platsens karaktär, och att platsen inte går att enbart beskriva utifrån de fysiska aspekterna för att fånga dess identitet. Detta perspektiv, tillsammans med andra som presenteras i uppsatsens bakgrund (se t.ex. Jenkins et al. 2015; Kale et al. 2019), stödjer alltså analysens resultat (tema *Platsidentitet*) om hur dofter påverkar platsens identitet.

Ett sätt att förstå hur de teman som framkommit av analysen förhåller sig till varandra är att förstå tema *Känslor* och tema *Minnen* som fenomen som uppstår i

mötet mellan människa och plats, medan de andra tre (*Multisensoriska platsupplevelser, platsidentitet och kulturella förutsättningar*) snarare handlar om ramar att förstå relationen mellan doft och plats inom.

Vad gäller uppsatsens andra frågeställning, som behandlar frågan om relationen mellan doft, plats och välbefinnande, visar det material som analyserats här en tydlig koppling mellan platsförankrade doftupplevelser och välbefinnande. WHO (2006) definierar hälsa som fysiskt, mentalt och socialt välbefinnande, vilka är aspekter som berörs på olika sätt i det analyserade materialet (tema *Doft och platsuppfattning med fokus på välbefinnande*, se t.ex. Bentley et al. 2023; Dai 2022; Lindborg & Kongmeng 2021). Av de analyserade artiklarna behandlar samtliga frågan om välbefinnande, på ett eller annat sätt, i enlighet med denna definition. WHO (1998) beskriver vidare välbefinnande som någonting som påverkas av samspelet mellan människa och miljö, vilket stöds av flera av de teman som framkommit av resultatet i denna uppsats. Bentley et al. (2023) exemplifierar hur doftmiljöer påverkar människors välbefinnande på många olika plan. Att platser genom dofter kan väcka *känslor, minnen och kulturella associationer* hos individer kan också ses som mer konkreta uttryck för att människans välbefinnande ur ett vidare perspektiv påverkas av miljöer och doftlandskap. Även om dofter har möjlighet att påverka oss verkar det, åtminstone inom ramarna för denna studie, finnas en generell uppfattning i litteraturen om doftmiljön som en värdefull aspekt av platsupplevelse.

Den tredje frågeställningen handlar om hur kunskap om dofter och platsuppfattning kan användas i landskapsarkitektur för att skapa hälsofrämjande miljöer. Utifrån resultatet av denna litteraturanlys framgår att gestaltning av platser och doftlandskap kan väcka positiva känslor och minnen (se bland annat Glass et al. 2014; Xiao et al. 2020; Korjonen-Kuusiuero & Meriläinen-Hyvärinen 2016), bidra med platsidentitet (se t.ex. Jenkins et al. 2015 och Kale et al. 2019) och till och med leda till ökat välbefinnande (se t.ex. Bentley et al. 2023). Eftersom sociala, kulturella och individuella faktorer spelar stor roll i fråga om hur människor uppfattar dofter (se t.ex. Chan 2022; Kale et al. 2019; Xiao et al. 2020) är det svårt att skrädarsy miljöer med målsättningen att väcka specifika känslor eller inställningar mot platsen i fråga. Naturdofter så som väldoftande växter eller vatten är dock sådana som uppskattas av människor generellt (Xiao et al. 2018) och dessa element kan användas i olika skala – från den enskilda platsen till staden, för att skapa hälsofrämjande miljöer. Mer konkret kan vatten användas för att öka luftflödet och luftfuktigheten men också sprida dofter, och växter som människor i allmänhet upplever väldoftande kan användas som källa till doftupplevelser, men också som barriär för att maskera oönskade dofter, som från exempelvis högt trafikerade miljöer (Xiao et al. 2018). Eftersom landskapsarkitekter redan arbetar med växtmaterial och vatteninslag, kan kunskap om doft- och sinnesintryck vara

ett perspektiv att ha med sig i gestaltningsprocessen som en ytterligare dimension med möjlighet att skapa meningsfulla, interaktiva och hälsofrämjande miljöer.

## 4.1 Slutsatser

Här presenteras de slutsatser som kan dras från den genomförda litteraturanalysen.

Av litteraturanalysen framkom att doftlandskapet påverkar platsuppfattningen och bör betraktas som en integrerad del av en multisensorisk platsupplevelse. Det går att se en koppling mellan platsförankrade doftupplevelser och människors fysiska, mentala och sociala välbefinnande. Dofter i den fysiska miljön har visat sig kunna väcka känslor och minnen hos människor, vilket bidrar till en djupare förankring av platsidentitet och en rikare platsupplevelse. Med utgångspunkt i den betydelsefulla roll som doftlandskapet har i fråga om platsupplevelse, finns det god anledning att som landskapsarkitekt integrera kunskap om doft och sinnesintryck i gestaltningsprocessen. Genom att medvetet använda exempelvis växter och vatteninslag för att skapa förutsättningar för behagliga doftupplevelser kan landskapsarkitekter bidra till att skapa meningsfulla och hälsofrämjande miljöer för människor att vistas i.

Sammanfattningsvis är de slutsatser som kan dras av den genomförda litteraturanalysen att dofter har betydelse för vår platsuppfattning, att relationen mellan plats och doft kan bidra till ökat välbefinnande och att det är möjligt att inom landskapsarkitektur använda sådan kunskap för att skapa hälsofrämjande miljöer.

## 4.2 Metoddiskussion

Valet av litteraturanalys som metod har möjliggjort en bred och omfattande översikt över ämnesområdet, där kvantitativa metoder i stället riskerat att vara begränsande i fråga om fördjupning inom området som studerats.

Att metoden som använts i denna uppsats är kvalitativ innebär dock att subjektiva bedömningar har gjorts, exempelvis vid val tidskrifter, i formulering av inklusions- och exklusionskriterier, i kvalitets- och relevansgranskning och i tolkning och analys av litteraturen. För den här uppsatsen utformades en söksträng som vad tänkt att inkludera trunkeringar för att inkludera så många varianter som möjligt av valda sökord. När den strukturerade sökningen genomfördes visade det sig emellertid inte vara möjligt att söka med trunkering i alla valda tidskrifter. Detta hanterades därför genom att justera söksträngen till att endast innefatta hela ord, vilket möjliggjorde konsekvens i sökningarna. Detta innebär dock också att sökningarna blev mer begränsade än vad som var avsikten från början, vilket kan ha betydelse för vilken litteratur som inkluderades i analysen och därav också för uppsatsens resultat. Efter att samtliga steg i urvalsprocessen genomförts, noterades

också ytterligare två sökord som kunnat vara relevanta för uppsatsens syfte, men som inte inkluderats eftersom upptäckten gjordes för sent i processen. De ord som uteblev var "site" och "landscape", och de hade alltså antagligen inkluderats om utrymme funnits att i efterhand justera söksträngen. Det här exemplet synliggör litteraturanalysens utmaningar och betydelsen av de val som görs genom hela processen. En annan utmaning kan vara att bedöma trovärdigheten och tillförlitligheten på de referenser som utgör underlag för analys. I detta fall har det hanterats genom att före genomförandet av den strukturerade litteratursökningen formulera konkreta inklusions- och exklusionskriterier, och dessutom utgå från en granskningsmall för att bedöma artiklarnas kvalitet.

Det resultat och de slutsatser som presenterats i denna uppsats ska förstås utifrån det material som analyserats just inom ramarna för denna litteraturanalys, och representerar således inte hela forskningsområdet, samtliga tidsperioder eller perspektiv på ämnet. Att analysen har genomförts i enlighet med en strukturerad modell (Friberg 2006) stärker dock tillförlitligheten.

## Referenser

Referenser som ingår i den tematiska analysen är markerade med asterisk (\*).

- Bembibre, C. & Strlič, M. (2022). From Smelly Buildings to the Scented Past: An Overview of Olfactory Heritage. *Frontiers in Psychology* 12, 718287. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.718287>
- Bentley, P. R., Fisher, J. C., Dallimer, M., Fish, R. D., Austen, G. E., Irvine, K. N., & Davies, Z. G. (2023). Nature, smells, and human wellbeing. *Ambio*, 52(1), 1–14. <https://doi.org/10.1007/s13280-022-01760-w> \*
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development*. Cambridge: Harvard University Press.
- Chan, C-S., Shek, K.F. & Agapito, D. (2022). The sensory experience of visitors with hearing impairment in Hong Kong Wetland Park based on spatial sensory mapping and self-reported textual analysis. *Landscape and Urban Planning*, 226, 104491. <https://doi.org/10.1016/j.landurbplan.2022.104491> \*
- Dai, D., Mingyang, B. & Zhou, Y. (2022). How do the young perceive urban parks? A study on young adults' landscape preferences and health benefits in urban parks based on the landscape perception model. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19, 14736. <https://doi.org/10.3390/ijerph192214736> \*
- Friberg, F. (2006). *Dags för uppsats: vägledning för litteraturbaserade examensarbeten*. Studentlitteratur.
- Glass, S., Lingg, E. & Heuberger, E. (2014). Do ambient urban odors evoke basic emotions? *Frontiers in Psychology*, 5, article 340. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2014.00340> \*
- Ingold, T. (2000). *The Perception of the Environment. Essays in Livelihood, Dwelling and Skill*. Routledge.
- Jenkins, G.R., Yuen, H.K. & Vogtle, L.K. (2015). Experience of multisensory environments in public space among people with visual impairment. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 12: 8644-8657. <https://doi.org/10.3390/ijerph120808644> \*
- Kale, A., Stupples, P. & Kinson, S. (2019). Feeling at home: A multisensory analysis of former refugee and host society residents' integration in Wellington, Aotearoa New Zealand. *Emotion, Space and Society*, 33: 100615 <https://doi.org/10.1016/j.emospa.2019.100615> \*
- Koblet, O. & Purves, R.S. (2020). From online texts to landscape character assessment: Collecting and analysing first-person landscape perception computationally.

- Landscape and Urban Planning*, 197, 103757.  
<https://doi.org/10.1016/j.landurbplan.2022.104491>
- Korjonen-Kuusiuro, K. & Meriläinen-Hyvärinen, A. (2016). Living with the loss: Emotional ties to place in the Vuoksi and Talvivaara regions in Finland. *Emotion, Space and Society*, 20: 27—34.  
<http://dx.doi.org/10.1016/j.emospa.2016.06.009> \*
- Kotradyova, V., Vavrinsky, E., Kalinakorva, B., Petro, D., Jansakova, K., Boles, M. & Svobodova, H. (2019). Wood and its impact on humans and environment quality in health care facilities. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16, 3496. <https://doi.org/10.3390/ijerph16183496> \*
- Lindborg, P-M. & Kongmeng, L. (2021). Real and imagined smellscape. *Frontiers in Psychology*, 12, article 718172. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.718172> \*
- Raatikainen, K., Tupala, A-K., Hiemelä, R. & Laulumaa, A-M. (2024). The intricate diversity of human-nature relations: Evidence from Finland. *Ambio*, 53: 181—200. <https://doi.org/10.1007/s13280-023-01933-1> \*
- Sepänmaa, Y. (2007). Multi-sensoriness and the city. In: Berleant, A. & Carlson, A. *The Aesthetics of human environments*. Broadview press.
- Spirn, A-W. (1998). *Language of Landscape*. Yale University Press.
- Statens beredning för medicinsk och social utvärdering, SBU. (2022). *Bedömning av studier med kvalitativ metodik*.  
[https://www.sbu.se/globalassets/ebm/bedomning\\_studier\\_kvalitativ\\_metodik.pdf](https://www.sbu.se/globalassets/ebm/bedomning_studier_kvalitativ_metodik.pdf)  
 [2024-02-11]
- Thibaud, J-P. (2018). Introduction. In: Henshaw, V., McLean, K., Medway, C.P. & Warnaby, G. (Eds.). *Designing with smell. Practices, Techniques and Challenges*. Routledge.
- Väldshälsoorganisationen (World Health Organization, WHO). (2006). *Constitution of the World Health Organization*. WHO.
- Världshälsoorganisationen (World Health Organization, WHO). (1998). *Hälsa 21: En introduction till "Hälsa för alla"-policyn för WHO:s europaregion*. Stockholm: Folkhälsoinstitutet.
- Xiao, J., Aletta, F. & Radicchi, A. (2022). Editorial: Smells, Well-being, and the Built Environment. *Frontiers in Psychology*, 13, 880701.  
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.880701>
- Xiao, J., Tait, M. & Kang, J. (2018). The design of urban smellscape with fragrant plants and water features. In: Henshaw, V., McLean, K., Medway, C.P. & Warnaby, G. (Eds.). *Designing with smell. Practices, Techniques and Challenges*. Routledge.
- Xiao, J., Tait, M. & Kang, J. (2020). Understanding smellscape: Sense-making of smell-triggered emotions in place. *Emotion, Space and Society*, 37: 100710.  
<https://doi.org/10.1016/j.emospa.2020.100710> \*
- Zhang, S. & Manahan-Vaughan, D. (2015). Spatial Olfactory Learning Contributes to Place Field Formation in the Hippocampus. *Cerebral Cortex*, 25, 423-432.  
<https://doi.org/10.1093/cercor/bht239>

# Bilaga 1

För kvalitetsgranskning av artiklar har en granskningsmall från Statens beredning för medicinsk och social utvärdering (SBU) använts. Mallen stämmer väl överens med de granskningsfrågor som lyfts fram av Friberg (2006) och finns fritt tillgänglig på SBU:s hemsida<sup>1</sup>. Mallen är utformad för att lätt kunna skrivas ut och fyllas i för varje artikel som granskas.

Den första sidan av mallen sammanfattar information om den artikel som granskats. Där finns utrymme att notera författare och utgivningsår samt granskarens sammanfattade bedömning enligt nedan.

Sammanvägd bedömning av metodologiska brister:

Obetydliga eller mindre/Måttliga/Stora brister, studien ingår inte i syntesen.

Därefter följer två sidor vilka utgör underlag för den granskning som görs, enligt nedan:

1. Överrensstämmelse mellan filosofisk hållning/teori och urval och metodik i studien  
Vilken teori eller filosofisk hållning utgick författarna ifrån?  
Hänger syfte och fråga ihop med teori/filosofisk hållning? (Ja/Nej/Oklart)  
Kommentarer:
2. Deltagare  
Hur gjordes urvalet?  
Stödfrågor för bedömning av brister i urvalsförfarandet:  
Är urvalet lämpligt för att besvara frågan? (Ja/Nej/Oklart)  
Är rekryteringsmetoden lämpligt vald och genomförd? (Ja/Nej/Oklart)  
Finns det allvarliga brister som kan påverka tillförlitligheten (Ja/Nej/Oklart)  
Kommentarer:
3. Datainsamling  
Vilka metoder användes för datainsamling?

---

<sup>1</sup> [https://www.sbu.se/globalassets/ebm/bedomning\\_studier\\_kvalitativ\\_metodik.pdf](https://www.sbu.se/globalassets/ebm/bedomning_studier_kvalitativ_metodik.pdf)

Finns det allvarliga brister i datainsamlingen som kan påverka tillförlitligheten? (Ja/Nej/Oklart)

Kommentarer:

#### 4. Analys

Vilka metoder användes för analys?

Stödfrågor för bedömning av brister i analyssteget:

Är vald analysmetod lämplig och genomförd på ett lämpligt sätt?  
(Ja/Nej/Oklart)

Var forskarna reflexiva vid tolkning av data? (Ja/Nej/Oklart)

Validerades tolkningarna? (Ja/Nej/Oklart)

Finns det allvarliga brister i analysen som kan påverka tillförlitligheten?  
(Ja/Nej/Oklart)

Kommentarer:

#### 5. Forskaren

Vilken bakgrund och kompetens hade forskarna?

Stödfrågor för bedömning av brister:

Har forskarna någon relation till studiedeltagarna som kan påverka datainsamlingen? (Ja/Nej/Oklart)

Har forskarna hanterat sin förförståelse på ett acceptabelt sätt?  
(Ja/Nej/Oklart)

Var forskarna oberoende av finansiella eller andra förutsättningar som kunde påverka analysen? (Ja/Nej/Oklart)

Finns det allvarliga brister som kan påverka tillförlitligheten?  
(Ja/Nej/Oklart)

Kommentarer:



## 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. Även om du inte publicerar fulltexten kommer den arkiveras digitalt. Om fler än en person har skrivit arbetet gäller krysset för samtliga författare. Du hittar en länk till SLU:s publiceringsavtal på den här sidan:

- <https://libanswers.slu.se/sv/faq/228316>.

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.