



Fickparker mellan husen:

En analys av fickparker som strategi för utvecklad grönstruktur och sociala värden i Vasastaden utifrån Jan Gehls teori

Linnéa Rindås Martinsson & Alma Konradsson

Examensarbete/Självständigt arbete • 15 hp
Sveriges lantbruksuniversitet, SLU
Fakulteten för naturresurser och jordbruksvetenskap
Landskapsarkitekturprogrammet - Uppsala
Uppsala 2026



Fickparker mellan husen: En analys av fickparker som strategi för utvecklad grönstruktur och sociala värden i Vasastaden utifrån Jan Gehls teori

Pocket parks between buildings: An analysis of pocket parks as a strategy for developing green infrastructure and social values in Vasastaden based on Jan Gehl's theory

Linnéa Rindås Martinsson, Alma Konradsson

Handledare: Tomas Eriksson, SLU, institutionen för stad och land

Examinator: Åsa Ahrland, SLU, institutionen för stad och land

Omfattning: 15 hp

Nivå och fördjupning: Grundnivå, G2E

Kurstitel: Självständigt arbete i landskapsarkitektur

Kurskod: EX0861

Program/utbildning: Landskapsarkitektprogrammet - Uppsala

Kursansvarig inst.: Institutionen för stad och land

Utgivningsort: Uppsala

Utgivningsår: 2026

Omslagsbild: Hasse Wester. *Hedemoratäppan* [fotografi]
<https://gardener.blogg.se/> [2026-03-07]

Upphovsrätt: Alla bilder används med upphovspersonens tillstånd.

Elektronisk publicering: <https://stud.epsilon.slu.se>

Nyckelord: Fickparker, små parker, små dimensioner, grönstruktur, sociala värden, sociala interaktioner, mänsklig skala, närvaro, kontakter, grönstrukturplanering, förtätning, stadsmiljö

Sveriges lantbruksuniversitet

Fakulteten för naturresurser och jordbruksvetenskap

Institutionen för stad och land

Avdelningen för landskapsarkitektur

Förord

Den här uppsatsen är ett kandidatarbete skriven av två landskapsarkitektstudenter på Sveriges Lantbruksuniversitet (SLU), Ultuna i Uppsala. Uppsatsen ingår i kursen självständigt arbete i Landskapsarkitektur och omfattar 15 högskolepoäng, och är en del av landskapsarkitektprogrammet. Vi vill rikta ett tack till vår handledare Tomas Eriksson som bidragit med tid och engagemang och varit till stor hjälp under arbetets gång. Ett tack riktas också till landskapsarkitektstudenterna i vår handledningsgrupp som bidragit med goda råd och nya perspektiv under arbetsprocessen. Vi vill även tacka vår examinator Åsa Ahrlund, samt studenterna som opponerat på vårt arbete, för värdefull respons, feedback och möjlighet till förbättring.

Uppsatsens arbetsprocess har genomförts i ett nära samarbete och dialog mellan studenterna Konradsson och Rindås Martinsson. Mycket av processen har utförts och diskuterats gemensamt såsom struktur och disposition, datainsamling och bearbetning av text. Vissa textavsnitt har delats upp inledande, men har sedan bearbetats, utvecklats och diskuterats tillsammans. På så sätt har båda studenterna bidragit till samtliga kapitel av uppsatsen, samt att innehållet såväl som språket blir mer sammanhållet. Båda studenterna har reviderat texten för stav- och syftningsfel samt för att arbetet ska följa en röd tråd. Student Konradsson har gjort samtliga illustrationer i Adobe Illustrator.

Sammanfattning

Denna kandidatuppsats undersöker dels fickparkens roll som en del av en utvecklad grönstruktur i stadsdelen Vasastaden i Stockholm, dels vilka sociala värden som fickparker kan bidra med utifrån Jan Gehls teori om livet mellan husen. Grönstruktur har en stor betydelse för mänskligt liv och sociala interaktioner. Som följd av dagens strategi om förtätning i städer minskar markyta för parker och grönstrukturen riskerar att fragmenteras, vilket riskerar att påverka stadens sociala värden. Det gör att fickparker som komplement till större parker och grönområden är intressant att undersöka. Uppsatsens analys inleds med att identifiera bristområden i stadsdelen gällande närhet till grönstruktur, utifrån riktlinjen om 300 meter till en park på minst 1 hektar. Resultaten visar att Vasastadens södra och östra delar har en god nära tillgång till större parker medan Vasastadens centrala, norra och västra delar identifierades som bristområden. Bristområdena sammanfaller dessutom med en större koncentration av fickparker och får därmed särskild vikt. En högre konnektivitet och spridning av fickparker visas i studien kunna vara ett sätt att kompensera för brist på stora parker, vilket kan vara av betydelse i vardagen. Vad gäller analysen av fickparkers sociala värden framkommer det att fickparker kan skapa förutsättningar för sociala värden genom dess placering, utformning och relation till omgivningen. Fickparker påverkas mycket av sin omgivning där den lilla skalan gör den mer känslig, men också mer flexibel som stadsdelselement. Analysen visar att fickparkens geografiska läge i relation till gatustrukturen påverkar upplevelsen och aktivitetsmöjligheterna, vilket styr vilken typ av social kontakt som kan uppstå. Lågintensiva kontakter är mest förekommande i fickparker, vilket kan vara allt från att se och höra andra människor till att mötas och samtala med väletablerade kontakter. Fickparken är begränsad när det gäller fysisk aktivitet och social aktivitet i större grupp, men kan istället utgöra en social mötesplats, integrerad i kvarteren, som ger upphov till lättillgängliga och vardagliga kontakter. Slutligen identifieras även potentiella ytor i Vasastaden där fler fickparker kan utvärderas och anläggas som en strategi för en utvecklad grönstruktur. Efter denna undersökning ämnar uppsatsen bidra till ny kunskap och nya perspektiv på hur fickparker kan användas i täta stadsmiljöer, både som strategi för att utveckla grönstrukturen och för att bidra till sociala värden.

Nyckelord: fickparker, små parker, små dimensioner, grönstruktur, sociala värden, sociala interaktioner, mänsklig skala, närvaro, kontakter, grönstrukturplanering, förtätning, stadsmiljö

Abstract

This thesis examines the role of pocket parks as part of a developed green structure in the Vasastaden district of Stockholm, as well as the social values that pocket parks can contribute based on Jan Gehl's theory of life between buildings. Green structures are of great importance to human life and social interactions. As a result of today's strategy of urban densification, the land area for parks is decreasing and the green structure is at risk of becoming fragmented, which may affect the city's social values. This makes pocket parks, as a complement to larger parks and green areas, an interesting topic to investigate. The analysis in this thesis begins by identifying areas in the district that are lacking in terms of proximity to green spaces, based on the guideline of 300 meters to a park of at least 1 hectare. The results show that the southern and eastern parts of Vasastaden have good access to larger parks, while the central, northern, and western parts of Vasastaden were identified as areas with deficiencies. The areas with deficiencies also coincide with a greater concentration of pocket parks, which gives them particular importance. The study shows that greater connectivity and a wider distribution of pocket parks can serve to compensate for the lack of large parks, which can be significant in everyday life. Regarding the analysis of social values in pocket parks, it appears that pocket parks can foster social values through their location, design, and relationship to the surrounding area. Pocket parks are greatly influenced by their surroundings, where their small scale makes them more sensitive but also more flexible. The analysis shows that a pocket park's geographical location in relation to the street structure affects the experience and opportunities for activity, which in turn determines the type of social contact that can occur. Low-intensity interactions are most common in pocket parks, ranging from simply seeing and hearing other people to meeting and conversing with established acquaintances. The pocket park is limited in terms of physical activity and social interaction in larger groups, but can instead serve as a social gathering place, integrated into the neighborhood, that fosters easily accessible, everyday interactions. Finally, the study also identifies potential sites in Vasastaden where additional pocket parks could be evaluated and established as a strategy for developing green infrastructure. Following this investigation, the thesis aims to contribute new knowledge and perspectives on how pocket parks can be utilized in dense urban environments, both as a strategy for developing green infrastructure and for fostering social values.

Keywords: pocket parks, small parks, small dimensions, green structure, social values, social interactions, human scale, presence, contacts, green infrastructure planning, densification, urban environment

Innehållsförteckning

Figurförteckning	7
1. Introduktion	9
2. Syfte, frågeställning och avgränsning	11
2.1 Syfte och frågeställning.....	11
2.2 Avgränsning	11
3. Arbetets teoretiska utgångspunkter, metoder och material	13
3.1 Teoretiska utgångspunkter	13
3.2 Inventering och kartstudier av Vasastaden.....	14
3.3 Litteratur- och dokumentstudier	14
4. Förstudie av fickparker och Vasastadens grönstruktur	15
4.1 Vad är en fickpark? – historisk bakgrund och begreppets definition	15
4.2 Vasastadens morfologi	16
4.2.1 Vasastadens geografiska kontext och historiska bakgrund	17
4.2.2 Stockholm och Vasastadens grönstrukturplanering	19
4.2.3 Dominerande gator och mötespunkter	19
4.2.4 Vasastadens grönstruktur och parker.....	22
4.2.5 Vasastadens identifierade fickparker.....	24
5. Analys och resultat	26
5.1 Analys av fickparker som strategi för utvecklad grönstruktur	26
5.1.1 Närhetsanalys	26
5.2 Analys av sociala värden i fickparker utifrån Jan Gehls teori	30
5.2.1 Kontakter.....	31
5.2.2 Mänsklig skala	35
5.2.3 Närvaro	37
5.3 Ökad grönstruktur genom fler potentiella fickparker	38
6. Slutsats och diskussion	42
6.1 Diskussion av resultat	42
6.2 Metodreflektion.....	44
6.3 Slutsats	45
Referenser	48

Figurförteckning

<i>Figur 1. Bearbetad karta över Stockholms län, Stockholms innerstad och Vasastadens placering samt angränsande stadsdelar. Lantmäteriet (2026) Stockholms innerstad. Mellansverige. SWEREF 99 TM, RH 2000 [Kartografiskt material] https://minkarta.lantmateriet.se [2026-03-21]</i>	17
<i>Figur 2. Egen illustrerad karta över Vasastadens dominerande stråk och noder. Källa: baserad på data från Lantmäteriet, 2026</i>	21
<i>Figur 3. Egen illustrerad karta över Grönstrukturen i Vasastaden. Källa: baserad på data från Lantmäteriet, 2026</i>	23
<i>Figur 4. Egen illustrerad karta över fickparker. Källa: baserad på data från Lantmäteriet, 2026.</i>	24
<i>Figur 5. Eget fotografi av Vasastadens fickparker. [Fotografi] 2026.</i>	25
<i>Figur 6. Egen illustration av närhetsanalys utifrån stora parker över 10000 kvm. Källa: baserad på data och mätverktyg från Lantmäteriet, 2026.</i>	28
<i>Figur 7. Eget fotografi av Drejarparken. [Fotografi] 2026.</i>	32
<i>Figur 8. Eget fotografi av Fickparken Vanadisplan. [Fotografi] 2026</i>	33
<i>Figur 9. Egen illustrerad karta över potentiella ytor för etablerande av fickparker. Källa: baserad på data från Lantmäteriet, 2026</i>	39
<i>Figur 10. Eget fotografi av potentiell yta i en trappa att anlägga en fickpark. [Fotografi] 2026</i>	40

AI-deklaration

Vi ser kandidatuppsatsen som en viktig del i vår utbildning, dels som en utmaning, dels som en möjlighet till lärande. Därmed tar vi i den här uppsatsen ett starkt avståndstagande mot användning av AI-verktyg. Vi menar att det är under själva skrivprocessen som utveckling sker. AI-verktyg kan vara effektiva och ge snabba lösningar, men genom frekvent användning kan viktiga lärdomar och aspekter gå förlorade längs vägen då hjärnan inte behöver bearbeta text och information på samma sätt. AI-verktyg är dessutom problematiska när det kommer till etik, klimat och energi. AI-verktyg har därmed inte används i uppsatsen.

1. Introduktion

Förtätningssidealet är idag en central strategi inom stadsplanering, där befolkningstätheten förespråkas öka inåt staden, i stället för att exploatera ny mark utanför stadsgränserna (Boverket 2023a). Förtätningstrategins fördelar anses vara främjandet av möjligheter till verksamheter, näringar, service, kortare gång- och cykelavstånd samt underlag för kollektivtrafik, vilket kan skapa förutsättningar för en levande stadsmiljö (Spacescape 2013:8-9). Med strategin exploateras även mindre mark i omgivningen, vilket ger möjlighet till annan markanvändning, till exempel jordbruk (Spacescape 2013:10). Å andra sidan kan dagens förtätning utgöra ett hot mot grönskan i städerna, då parker och andra grönområden riskerar att få mindre utrymme bland den täta bebyggelsen (Boverket 2023b). Det råder därmed en konkurrens om den begränsade markytan i staden. Parker och grönområden är en viktig beståndsdel i att skapa hållbara städer och forskning visar på dess många fördelar (Boverket 2024a). Enligt FN:s Globala mål 11 ska hållbara städer och samhällen skapas genom bland annat tillgängliga och inkluderande grönområden för alla (Globala målen 2024). Enligt PBL (Plan- och bygglagen) ska fysisk planering främja grönstruktur, det vill säga att grönområden ska planeras in som en del av en långsiktig hållbar stadsutveckling (Boverket 2023c). Beslutsfattandet över grönstrukturen och stadsutveckling påverkas av olika aktörer, drivkrafter, riktlinjer, behov samt ekonomiska och politiska beslut (Naturvårdsverket 2026). En stark drivkraft bakom dagens stadsplanering är politiska målsättningar om miljö och hållbarhet, genom till exempel att integrera biologisk mångfald och klimatanpassning (Boverket 2020; Spacescape 2013). En annan drivkraft är marknadens ekonomiska värdering av stadskvaliteter där bland annat närhet till city och verksamheter anses vara mycket attraktivt (Spacescape 2013:26–34). Dessa drivkrafter kan således pådriva och påverka konkurrensen om marken i staden.

När det gäller täta städer i Sverige är huvudstaden Stockholm, med landets största befolkningsmängd, en plats med hög befolknings- och byggnadstäthet (SCB 2026). Stockholms rådande bostadsbrist (Stockholm stad u.å.) gör att Stockholms bostadsbyggande är en högt politiskt prioriterad fråga för kommunen, regionen likväl nationellt, vilket blir en stark drivkraft för förtätning. Stockholm stad (2017) förespråkar idag strategin förtätning med mål om ett omfattande bostadsbyggande. Stockholm strävar efter att skapa en tät stad, men samtidigt har de mål om ökad grönska (Stockholm stad 2017:13). Region Stockholm anser att grönstrukturen bör stärkas och att tillgången till grönytor bör öka (Region Stockholm, 2018:100). Det finns därmed en motsättning i stadsutvecklingsplaneringen och grönstrukturplaneringen mellan mål om ökad förtätning och ökad grönska. I och med detta skapas utmaningar kring hur de motsättande målen ska förenas i

konkurrensen om mark. Problematiken kring begränsad markyta gör att städer är i behov av alternativa sätt och lösningar för att få in parker och gröna rum som kan integreras i förtätade stadsmiljöer. Ett sådant alternativ kan vara parktypologin *fickparker*, det vill säga små parker i stadsmiljön, som på senare år har börjat undersökas alltmer inom forskning (Ma et al. 2025). Forskning visar att stora parker, som bland annat stimulerar fysisk aktivitet och positiva hälsoeffekter, har en mycket viktig roll i städerna (Nordh & Østby 2013). Fickparker har dock möjlighet att vara mer lättillgängliga och utgöra en del av ett nätverk mellan de stora parkerna (Ma et al. 2025). Det gör det vidare intressant att undersöka fickparken som strategi för en utvecklad grönstruktur i täta städer. En minskad grönska till följd av förtätningen kan bland annat riskera att leda till förlorade sociala värden i staden. Därav avser vi i den här uppsatsen att dessutom undersöka fickparkens möjlighet att bidra till sociala värden i staden. En stadsmiljö särskild drabbad av befolkningstryck och förtätning är Stockholms innerstad, där stadsdelen Vasastaden är en av de som påverkas (Stockholm stad 2015:27), vilket utgör grunden för val av geografisk plats i den här studien.

2. Syfte, frågeställning och avgränsning

2.1 Syfte och frågeställning

Den här kandidatuppsatsen syftar till att identifiera fickparkens roll i grönstrukturen med utgångspunkt i stadsdelen Vasastaden, samt undersöka fickparkens möjligheter att skapa förutsättningar för sociala värden i en tät stadsmiljö. Uppsatsen ämnar analysera befintliga fickparkers sociala värden i Vasastaden, möjligheter och utmaningar i stadsdelens befintliga grönstruktur samt utreda hur fickparken kan fungera som en strategi för en utvecklad grönstruktur i Vasastaden, för att på så sätt skapa en hållbar stad.

Hur kan fickparker bidra till att skapa förutsättningar för sociala värden och fungera som en strategi för utvecklad grönstruktur i stadsdelen Vasastaden i Stockholm?

2.2 Avgränsning

Uppsatsen avgränsning innebär en fokusering på hur fickparker påverkar stadens hållbarhet ur ett *socialt* perspektiv, där vi undersöker hur fickparker kan bidra med sociala värden ur ett perspektiv av grönstrukturplanering. Grönstruktur bidrar till många viktiga aspekter och värden för att skapa en hållbar stad (Pertoft & Sandqvist 2023). Dock är en avgränsning nödvändig för uppsatsens omfattning. Därav har det sociala perspektivet valts. Det sociala perspektivet innehåller i sin tur många aspekter med komplexa frågor. En ytterligare avgränsning har därmed gjorts av det sociala perspektivet där vi utgår från Jan Gehls sociala aspekter i hans teori ur boken *Life between buildings: using public space* (2011). Vidare har en egen selektion av hans aspekter bedömts nödvändig utifrån uppsatsens omfattning, vilket landar i ett fokus på *sociala kontakter*, *mänsklig skala* och *social närvaro* ur ett fotgängarperspektiv. Uppsatsens undersökning exkluderar därmed vissa sociala aspekter, bland annat trygghet och tillgänglighetsanpassning.

En geografisk avgränsning har gjorts där vi valt att undersöka grönstrukturen och fickparkerna i stadsdelen Vasastaden i Stockholm, enligt Stockholm stads geografiska avgränsning (Stockholm stad 2023). Områdets avgränsning inkluderar både den historiska stenstadsstrukturen med ursprung från 1800- och 1900-talet (Stockholm stadsmuseum 1987), och den nybyggda stadsstrukturen från 2000-talet i norr, det vill säga utbyggnadsprojektet centrala Hagastaden (Stockholm stad:17, 2009). Studien utgår från en specifik stadsdel för att förankra fickparkers roll i

grönstrukturen samt dess sociala betydelse för en specifik stadsmiljö. Valet av Vasastaden grundas i att den är belägen i centrala Stockholm där stadsstrukturen är tät och befolkningstätheten är hög. Stadsdelen innehåller dessutom två olika stadsbyggnadsideal från olika tidsepoker, vilket kan vara en ytterligare intressant aspekt att ta i beaktning gällande grönstrukturplanering.

Slutligen har vi även valt att avgränsa vilken parktypologi som ska undersökas där vi valt offentliga små parker, vilket vi benämner som fickparker. Det är den offentliga grönstrukturen som är relevant i studien, därmed utesluts semi-privata och privata bostadsgårdar. Det finns olika uppfattningar om begreppet fickpark, eller "pocket parks" på engelska (Rosso et. al. 2022), samt dess storleksmått (Li et al. 2025). För tydlighetens skull definierar vi i den här uppsatsen en fickpark som en offentlig mindre park integrerad i stadsmiljön med ett innehåll av rumslighet, sittplatser och varierad vegetation i form av träd, buskar eller perenner, samt med en storlek mindre än 3000 kvm. Vår definition bygger på en sammanslagning av olika definitioner inom forskning av fickparker, vilket förklaras ytterligare på sida 17.

3. Arbetets teoretiska utgångspunkter, metoder och material

Arbetet utgörs i huvudsak av en litteraturstudie över hur fickparker, som strategi för utvecklad offentlig grönstruktur i Vasastaden, kan bidra till fler sociala värden ur ett perspektiv av grönplanering i stadsmiljö. Uppsatsen inleds med en förstudie av stadsdelens morfologi och utformning där befintlig grönstruktur och offentliga parker samt dominerande stråk och noder identifieras. Det görs genom dokumentstudier, kartstudier, och platsbesök med stöd av Kevin Lynch (1959) teori om människans upplevelse och orientering i staden. Därefter genomförs dels en analys av fickparker som strategi för utvecklad grönstruktur i Vasastaden med närhetsanalys i fokus, dels en analys av hur fickparker kan bidra med sociala värden i stadsmiljö med utgångspunkt i Jan Gehls (2011) teori utifrån människans sociala perspektiv. Arbetet kombinerar metoderna litteraturstudier, dokument- och kartstudier med närhetssanalyser och inventeringar. Detta görs för att få en omfattande och övergripande förståelse av Vasastadens grönstrukturplanering och fickparkens roll i grönstrukturen.

3.1 Teoretiska utgångspunkter

Uppsatsen tar huvudsakligen stöd i Jan Gehls teori om social interaktion och människans perspektiv i stadsplanering ur boken *Life between buildings: using public space* (2011), för att analysera och diskutera fickparkens potential för ökade sociala värden. Gehl kategoriserar olika sociala aspekter som är viktiga för en levande stad, till exempel aktiviteter, möten, närvaro och vardagsliv. Enligt Gehl sker värdefulla sociala möten och interaktioner på liten skala i staden, i en mindre park eller ett gathörn, vilket knyter an till vårt fokus på fickparker och dess sociala aspekter.

I analysen av fickparkens roll i Vasastadens grönstruktur används Kevin Lynchs teori ur boken *The image of the city* (1959) som skildrar staden som en mental karta för att förstå hur människor upplever och orienterar sig i staden. Uppsatsen tar stöd i Lynch teori om *noder* och *stråk* och används till att få en uppfattning om Vasastadens struktur och uppbyggnad, samt för att identifiera områden med mycket rörelse. Anledningen till att endast *noder* och *stråk* används, och att Lynch aspekter *distrikt*, *kanter* och *landmärken* exkluderas, är på grund av uppsatsens sociala perspektiv samt den tydliga kopplingen till mänsklig rörelse och samling av människor, vilket hör samman med Gehls teori om mänsklig aktivitet för levande städer. Därmed kan vi undersöka vilka fickparker som har närhet till olika mängd av mänsklig aktivitet.

3.2 Inventering och kartstudier av Vasastaden

Vi avser att analysera den offentliga grönstrukturen i Vasastaden med hjälp av kartstudier och inventering av stadsdelens fickparker. Kartstudier ger en överblick av grönstrukturen i stadsdelen. Inventeringen av stadsdelen ger ett upplevelseperspektiv av fickparkerna och dess omgivande miljö, samt en tredimensionell och rumslig uppfattning av stadsstrukturen. Väl på plats besökte vi majoriteten av fickparkerna och identifierade vilka som var mest aktuella att exemplifiera i uppsatsen, baserat på variation i storlek, rumslighet, innehåll och omgivningens aktivitetsnivå. De fickparker vi inte besökte studerade vi genom kart- och dokumentstudier. Kombinationen av de olika skalorna ger en helhetsbild av Vasastaden och fickparkers roll i den offentliga grönstrukturen. Genom kartstudier har en närhetsanalys av grönstrukturen gjorts med stöd i Spacescapes (u.å.) beskrivning av fågelavståndsanalys. Spacescape är ett forskningsdrivet konsultföretag som genomför analyser och utredningar inom stadsplanering (Spacescape u.å.). Uppsatsens närhetsanalys visar vilka bostadsområden som har nära tillgång och vilka som har längre avstånd till stora parker. Det visar i sin tur på fickparkens roll i Vasastadens grönstruktur.

3.3 Litteratur- och dokumentstudier

Litteraturstudier har gjorts med vetenskapliga artiklar om fickparker och människors psykiska och fysiska roll i sociala miljöer, för att förstå vilka sociala värden som fickparker kan bidra med. De vetenskapliga artiklarna vi huvudsakligen använt oss av är (Li et al. 2025) och (Rosso et al. 2022) samt tre artiklar skrivna av Helena Nordh, professor i landskapsarkitektur, tillsammans med andra skandinaviska författare. Det ger ett nordiskt perspektiv i uppsatsen, vilket är aktuellt i den här studiens svenska kontext. Sveriges lantbruksuniversitets bibliotekets söktjänst Primo och databasen Web of Science har använts för att hitta lämpliga vetenskapliga artiklar, med bland annat sökorden pocket park* AND urban design* samt “small green area” och “små parker”.

Dokumentstudier har gjorts för att få information om stadsdelens grönstrukturplanering och befintliga fickparkers innehåll där beskrivningar, bilder, artiklar och dokument används som teoretisk grund. Stockholm stads dokument *Parkplan Norrmalm Del 1: Strategier för utveckling av parker och gröna gaturum* av Norrmalms stadsdelsförvaltning (Stockholm stad 2015) har varit den primära källan för den informationen.

4. Förstudie av fickparker och Vasastadens grönstruktur

I följande avsnitt avser vi göra en förstudie av begreppet fickpark samt Vasastadens befintliga grönstruktur, parker och mötespunkter. Inledningsvis utreds begreppet fickpark med dess historiska bakgrund, viktiga pionjärer och uppkomst i Sverige. Dessutom klargörs vår egen formulerade definition baserad på historisk bakgrund och forskning. Därefter redogörs Vasastadens geografiska kontext, historiska bebyggelsemönster och grönstruktur, befintliga parker och gröna stråk, samt mötespunkter och dominerande gator med stöd i Lynch (1969) teori om människans upplevelse- och orienteringsförmåga i staden.

4.1 Vad är en fickpark? – historisk bakgrund och begreppets definition

Fickparker är det svenska begreppet för engelskans "pocket parks". Den ursprungliga idén härstammar från Europa från tiden efter andra världskriget när stor brist på arbetskraft, material och kapital rådde för återuppbyggnad av de större städerna i fredstid. Bristen ledde till att övergivna ytor från tidigare bombningar började anläggas som parkytor till minimala kostnader. Konceptet togs vidare till USA där idén anpassades till amerikanska städer och användes för att skapa fritidsområden i tätbebyggda stadsdelar till en relativt liten kostnad (Faraci 1967). I en utställning år 1963 i New York, föreslogs fickparker som en ny variant av öppen offentlig plats i täta stadsmiljöer (Narandzic & Ljubojevic 2022; se Li et al. 2025). Paley park var den första officiella fickparken och anlades i New York 1967. Därefter följde andra fickparker såsom Greenacre Park och Allen Centre Park (Li et al. 2025). Paley Parks uppkomst anses ha skapat typologin, där huvudelementen blev dess lilla storlek, synlighet och spridning i bostadsområden, innehåll av grönska och vatten samt offentlighet och innehåll av sittmöbler för fotgängare (Rosso et. al. 2022).

I Sverige är Enköping den stad som började anlägga typologin. Stadsträdgårdsmästaren Stefan Mattson översatte "Pocket parks" till svenska och myntade därmed begreppet fickparker (Lind 2013 se Hammarlund & Schönning 2013). Definitionen av en fickpark är tvetydig med flera olika krav och riktlinjer. I huvudsak anses en fickpark vara ett mindre offentligt rum som ofta är beläget i stadsmiljöer mellan byggnader och som erbjuder en offentlig plats att vistas och samlas på (Rosso et al. 2022). Enköping, staden som var pionjär i Sverige med att anlägga fickparker, definierar fickparker som en mindre park i stadsrummet

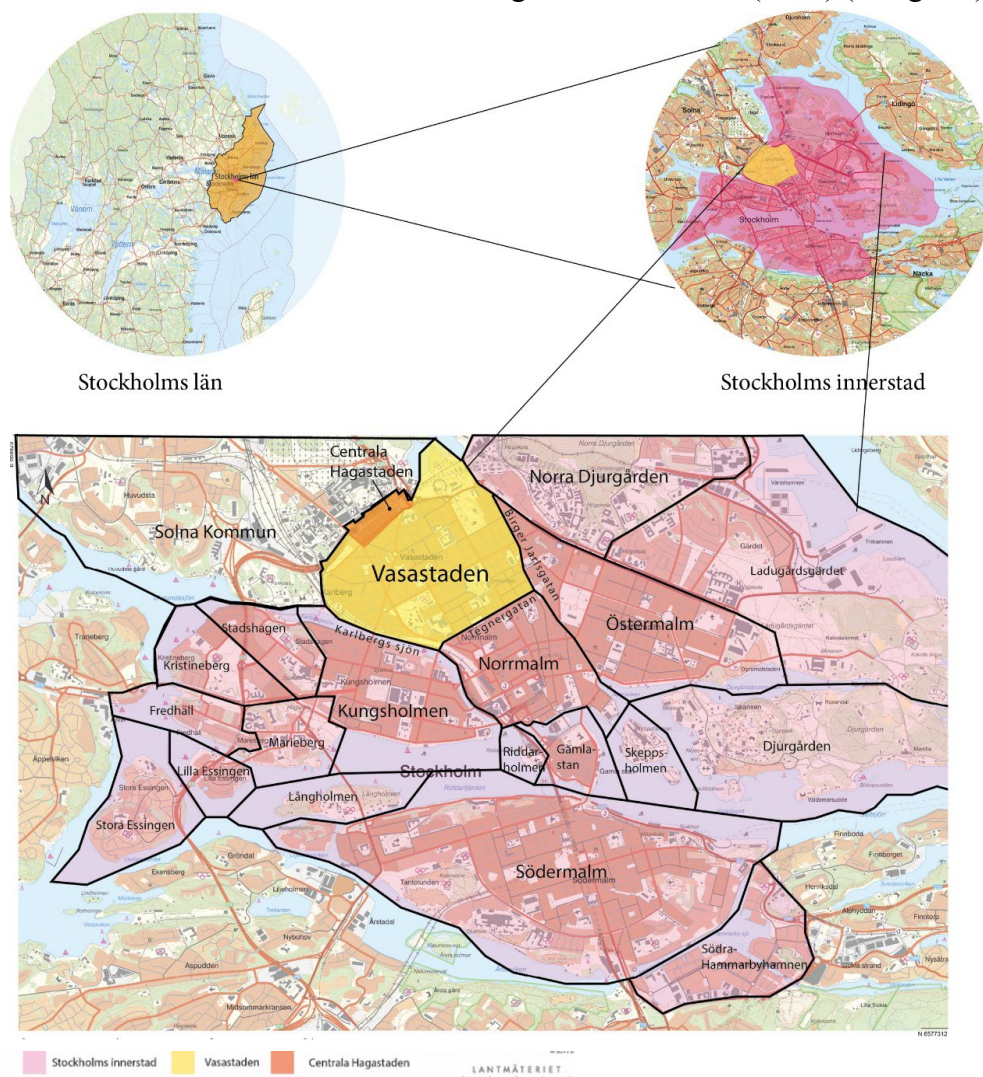
anpassad till sitt läge, eller som en park i parken (Lind 2013 se Manner, 2007). Fickparken ska dessutom uppfylla kriterier om innehåll av tydlig rumslighet, växtlighet som skapar upplevelser och dynamik, där perenner har en viktig roll. Gräsytor ska enligt denna definition undvikas och fokus ska i stället läggas på hårdgjorda ytor (Enköpings kommun 2006 se Manner 2007). Förutom parkernas innehåll finns även delade meningar om vad fickparkens storlek bör vara. Inom forskning varierar definitionen av storleken mycket i allt från 8 kvm till 86 000 kvm (Li et al. 2025). De allra flesta forskarna anser dock att fickparkens storlek definieras som mindre än eller lika med 5000 kvm (ibid). Även Köpenhamn stad definierar storleken på en fickpark till mindre än 5000 kvm i deras ”fickparks-program” (Københavns Kommune 2009). I Londons ”pocket park program” beskrivs däremot de flesta fickparker vara ungefär lika stora som en tennisbana, cirka 180 kvm (Rosso et al. 2022). Nordh och Østby (2013) definierar en fickpark som små urbana, offentliga grönområden mindre än 3000 kvm. Utifrån ovanstående information och begreppets tvetydighet, har vi i den här uppsatsen valt att formulera en egen definition av begreppet fickpark. Uppsatsens definition av fickpark lyder: en fickpark är en offentlig mindre park, integrerad i stadsmiljön med ett innehåll av rumslighet, sittplatser samt varierad vegetation i form av träd, buskar eller perenner, och med en storlek mindre än 3000 kvm. Uppsatsens definition utgår främst från Enköpings kommuns innehållskrav och Nordh och Østbys (2013) storlekskrav.

4.2 Vasastadens morfologi

I följande delkapitel avser vi redovisa för Vasastadens morfologi, det vill säga stadsdelens form och struktur, vilket bidrar till förståelsen av bebyggelsemönster och grönstrukturplanering (Boverket 2025). Kapitlet inleds med geografisk kontext och historisk bakgrund. Därefter presenteras dominerande gator och mötespunkter i området med utgångspunkt i Lynch (1959) teori om staden som mental karta och människans upplevelse i staden. Detta för att få en tydlighet i var mycket människor rör sig samt viktiga målpunkter som kan påverka användningen av fickparker. Slutligen redovisas Vasastadens befintliga grönstruktur och parktypologier, där fickparker är i störst fokus.

4.2.1 Vasastadens geografiska kontext och historiska bakgrund

Vasastaden är en stadsdel i Stockholms norra innerstad och ingår i Norrmalms stadsdelsområde. Stadsdelen gränsar till de närliggande stadsdelarna Kungsholmen, Norrmalm, Östermalm, Norra djurgården och Solna Kommun och avgränsas av Karlbergssjön i väster, Solna Kommun i norr, Birger Jarlsgatan i öster och Tégnergatan i söder (Stockholms stad, 2024a) (se figur 1). Vasastaden har en befolkning på strax under 70 000 invånare (Stockholm stad, 2024b) och är därmed en centralt belägen stadsdel med hög befolkningstäthet. Vasastaden är en stadsdel med två olika stadsbyggnadsideal från två olika tidsepoker. Det dominerande och ursprungliga området är historiskt och härstammar från sekelskiftet 1800–1900 (Stockholms stadsmuseum 1987). I den norra delen av Vasastaden finns ett nyligen uppfört 2000-tals- område, så kallat Centrala Hagastaden. Det gränsar mot Solna Kommun och resterande delar av Hagastaden, men tillhör stadsdelen Vasastaden, enligt Stockholm stad (2023) (se figur 1).



Figur 1: visar Stockholms län (markerat i orange), Stockholms innerstad (markerat med rosa) och dess stadsdelar (markerade i svart). Stadsdelen Vasastaden markerat i gult och är beläget i norra innerstaden. Centrala Hagastaden är en del av Vasastaden, markeras i orange. (Karta © Lantmäteriet, bearbetad av Alma Konradsson 2026)

Dominerande delar av Vasastaden utgörs främst av byggnader från slutet av 1800-talet och början av 1900-talet i en tätbebyggd struktur. Vasastaden fick sitt namn år 1926 och blev då officiellt en egen stadsdel. Ursprungligen var Vasastaden en del av Norrmalm, (Stockholms stadsmuseum 1987) och innan industrialismen var Norrmalm av lantlig karaktär med malmgårdar. Vasastadens utveckling har följts av tre perioder, nämligen Albert Lindhagens stadsregleringsplan i slutet av 1800-talet, PO Hallmans planering av Röda bergen under 1900-talets början samt moderniseringen av city på 1960–1970-talen (Stockholm stad 2015:8). Vasastaden präglas av 1800-talets slutna kvarter och rutnätsstruktur, vilket var karaktäristiskt för Lindhagens stadsplaner (Stockholm stad 2015:9). Stora delar av Vasastadens sydvästra kvarter, söder om Odengatan och väster om Sveavägen, bebyggdes under 1880-talet (Stockholms stadsmuseum 1987), medan den nordvästra delen i huvudsak bebyggdes under åren 1902–1930 (Stockholms stadsmuseum 1973). Vasastadens stenstadsbebyggelse fick bestå av 5–6 våningar i enlighet med byggnadsordningen 1876 och rymde i allmänhet små lägenheter. Hushöjden sattes i relation till gatans bredd och kvartershörnen fasades för att skapa bättre sikt (Stockholms stadsmuseum 1987). Typiskt var direkt anknytning till gatan samt trånga bakgårdar och stora gårdshus (Stockholms stadsmuseum 1973).

Integrerat bland byggnaderna finns torg, parker och trädplanterade gator i form av alléer och esplanader. Med esplanad menas stråk av planterade träd i mitten av trafikerade körbanor på båda sidor, vilket var typiskt för 1800-talets stadsplanering (Boverket 2024b) Albert Lindhagens stadsregleringsplan innebar att ljus, luft och hälsosam grönska skulle införas genom breda esplanader och stora parker, likt 1800-talets stadsplaneringsideal. Bergiga och svårbebyggda områden runt stenstadsbebyggelsen fick bli parker, till exempel Vanadislunden och Tegnérslunden. Dåtidens stadsplaneringsideal från slutet av 1800-talet och början av 1900-talet är tydligt förekommande med dess alléer, esplanader, stjärnplatser och rektangulära kvarter (Stockholm stad 2015:8–9).

Centrala Hagastaden, 2000-talsområdet i den nordligaste delen av Vasastaden, är tillsammans med resterande delar av Hagastaden i Solna kommun ett nyetablerat utbyggnadsprojekt. Syftet med projekt var att binda samman Stockholms innerstad med Karolinska sjukhusområdet och Solna (Stockholm stad, 2009:1). Området är mycket tätbebyggt och präglas av urban arkitektur och moderna höghus (Hagastaden u.å.). Detaljplanen för centrala Hagastaden omfattar cirka 2300 nya bostäder, vilket innebär ungefär 4500 boende och 10 000 arbetsplatser (Stockholm

stad, 2009:7). Projektet beräknas vara helt färdigställt år 2030. Den centrala delen av Hagastaden är i huvudsak redan färdigställd, med undantag av ett fåtal kvarter (Hagastaden u.å.). I centrala Hagastaden finns en park, stadsdelsparken Norra stationsparken. Den är centralt placerad och har en oval långsträckt form och är omgiven av täta höghus.

4.2.2 Stockholm och Vasastadens grönstrukturplanering

Grönstrukturen i stadsmiljö, det vill säga obebyggda ytor med vegetation, har stor betydelse för människors möjlighet till utevistelse, rekreation, välbefinnande och hälsa (Pertoft & Sandqvist 2023). Enligt Region Stockholm är en viktig del av Stockholms regionala grönstruktur de tio gröna kilar som sträcker sig från stadens omgivande landsbygd ända in till de centrala delarna av Stockholm. De skapar möjligheter för bevarandet av den biologiska mångfalden såväl som återhämtning, rekreation och friluftsliv (Region Stockholm, 2025). Regionen hävdar att ett sammanhängande grönt rekreationstråk nära hemmet kan ge ökad tillgänglighet till större grönområden (Region Stockholm, 2018:100). Den regionala planeringen i Stockholm utgår från Stockholms län (se figur 1).

Stockholm stad (2015) har tagit fram grönstrukturplaner för delområden av staden. Norrmalms stadsdelsförvaltning har i sin tur skapat ett vägledande dokumentet för bland annat Vasastaden, vilka beskrivs i *Parkplan Norrmalm- strategier för utveckling av parker och gröna gaturum*. I dokumentet beskrivs den fortsatta växande befolkningen i staden bidra till förtätning, vilket ökar behovet av parker samt innebär att de offentliga parkerna kommer få ett ökat behovet av skötsel. Vasastadens täta stenstadsstruktur innebär begränsad tillgång på obebyggd markyta. Det leder till att många parker i stadsdelen används som resurser för utomhusvistelse av skolor och förskolor intill, något som ökar användningstrycket på parkerna ytterligare (Stockholm stad, 2015:23).

Norrmalm, däribland Vasastaden, har idag endast 5 kvadratmeter parkyta per person, vilket är betydligt mindre än både Södermalm och Kungsholmen som har 10 kvadratmeter parkyta per person. När Hagastaden är färdigbyggd beräknas dessutom andelen parkyta minska ytterligare i Vasastaden, från 5 kvadratmeter per invånare till 4. De redan högt belastade parkerna beräknas då få ett ytterligare högre besöksstryck och ökat behovet (Stockholm stad 2015:27).

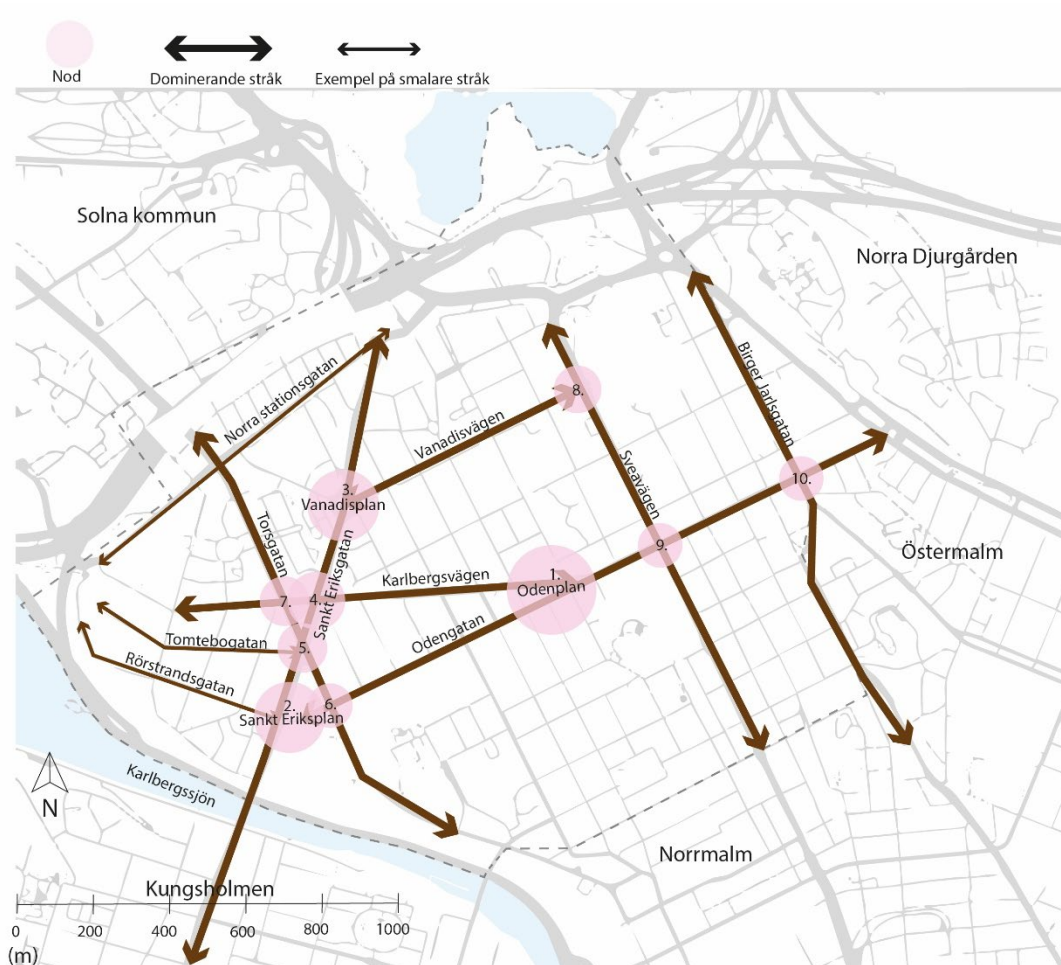
4.2.3 Dominerande gator och mötespunkter

För att få en övergripande helhetsbild av stadsdelen Vasastadens struktur och uppbyggnad analyseras den med stöd av Kevin Lynch teori om den mentala bilden och den visuella läsbarheten ur boken *The image of the city* (1959). Lynch menar

att identitet och struktur påverkas av de fysiska stadsdelselementen *stråk*, *noder*, *kanter*, *distrikt* och *landmärken*, vilket i sin tur påverkar den mentala bilden av staden (Lynch 1969:41). I kommande stycke identifieras därför de två stadsdelselementen *stråk* och *noder* utifrån Vasastadens kontext.

Det är utmed *stråk* som människor rör sig, en variation i bredd på gator skapar visuell hierarki och rumslig dominans, vilket kan sägas vara skelettet i stadsbilden (Lynch, 1969:96). I Vasastaden är de dominerande och bredaste gatorna Karlbergsvägen, Torsgatan, Sankt Eriksgatan, Vanadisvägen, Odengatan, Sveavägen samt Birger Jarlsgatan följt av smalare gator, bland annat Rörstrandgatan och Tomtebogatan (se figur 2). Rutnätsstrukturen av stenstaden skapar sedan ett rutnät av finmaskiga mindre gator. *Noder* innebär punkter i strategiska lägen som korsningar och av stråk eller koncentrationer som ett gathörn eller torg, det kan också beskrivas som kärnor eller mötespunkter (Lynch 1969:41–42). I Vasastaden har bland annat dessa noder identifierats: Odenplan, Sankt Eriksplan och Vanadisplan. Odenplan och Sankt Eriksplan är belägna vid tunnelbanestationer och korsningar där mycket folk samlas, (se figur 2). Vanadisplan utgörs av en rondell där flera vägar möts. Även korsningar mellan de bredaste och mest dominerande gatorna fungerar som noder, till exempel

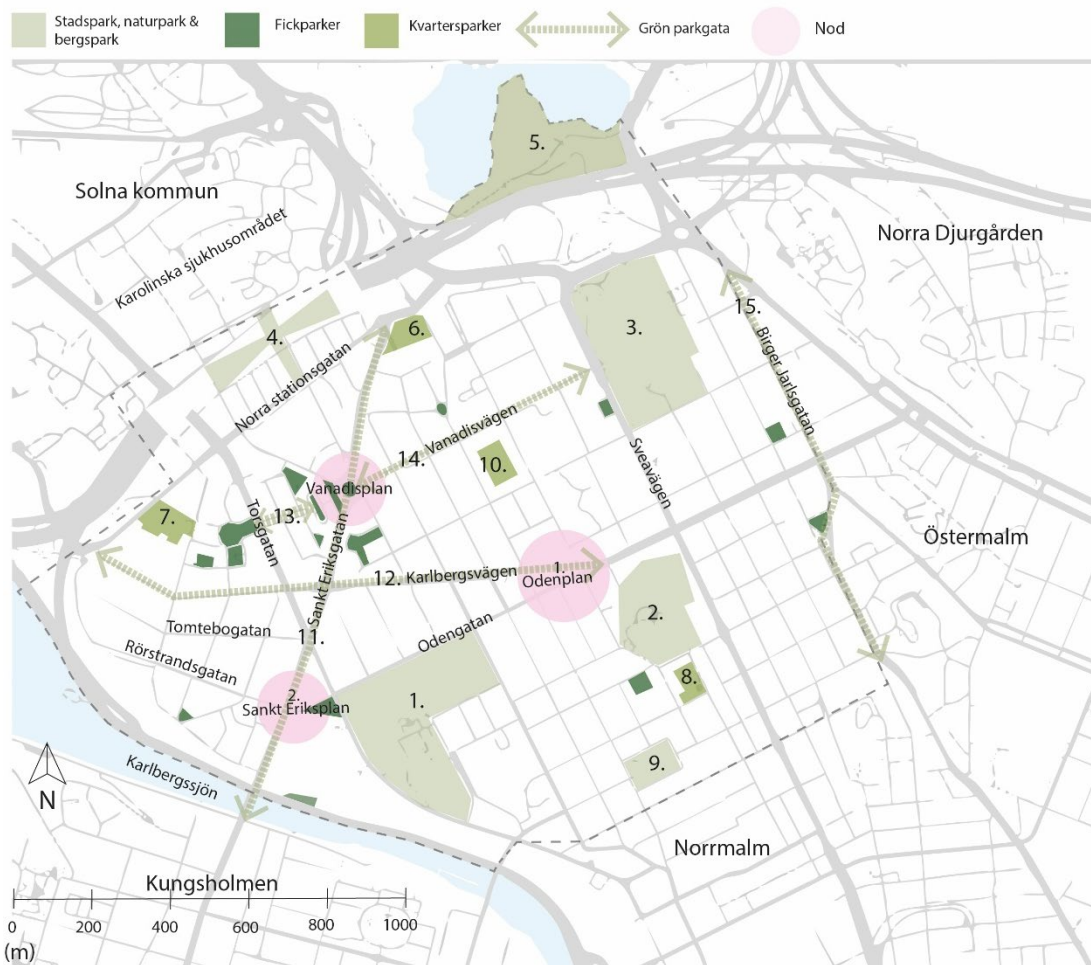
korsningen Karlsbergsvägen- Sankt Eriksgatan, Torsgatan- Sankt Eriksgatan- Tomtebogatan samt Torsgatan- Odengatan (se figur 2).



Figur 2: Illustrationen visar dominerande stråk (bruna pilar) och identifierade noder (Rosa cirklar) i Vasastaden. 1. Odenplan. 2. Sankt Eriksplan. 3. Vanadisplan. 4. Korsningen Karlsbergsvägen- Sankt Eriksgatan. 5. Korsningen Torsgatan- Sankt Eriksgatan- Tomtebogatan 6. Korsningen Torsgatan- Odengatan 7. Korsningen Torsgatan- Karlsbergsvägen. 8. Korsningen Sveavägen- Vanadisvägen 9. Korsningen Sveavägen-Odengatan. 10. Korsningen Odengatan- Birger Jarlsgatan. (Illustration: Alma Konradsson 2026)

4.2.4 Vasastadens grönstruktur och parker

Utifrån kartstudier har grönstrukturen och offentliga parker i Vasastaden studerats och identifierats. Av stadsdelens grönstruktur finns ett flertal offentliga parker i olika storlek och typologier. Norrmalms stadsdelsförvaltning kategoriserar parker i olika parkkaraktärer. De som är relevanta för uppsatsens undersökning av fickparkens roll i Vasastadens grönstruktur är stadsparker, bergsparker och naturparker, kvartersparker, fickparker samt parkgator (Stockholm stad, 2015).



Figur 3. Vasastadens grönstruktur där stora parker (stadsparker, bergspark och en naturpark), kvartersparker samt gröna parkgator är numrerade. (Illustration: Alma Konradsson, 2026).

1. Vasaparken 2. Observatorielunden 3. Vanadislunden 4. Norra stationsparken 5. Bellevueparken 6. Sankt Eriksparken 7. Norrbackatäppan 8. Spökparken 9. Tégnerlunden 10. Enkehusparken 11. Sankt Eriksgatan 12. Karlbergsvägen 13. Rödabergsgatan 14. Vanadisvägen 15. Birger Jarlsgatan.

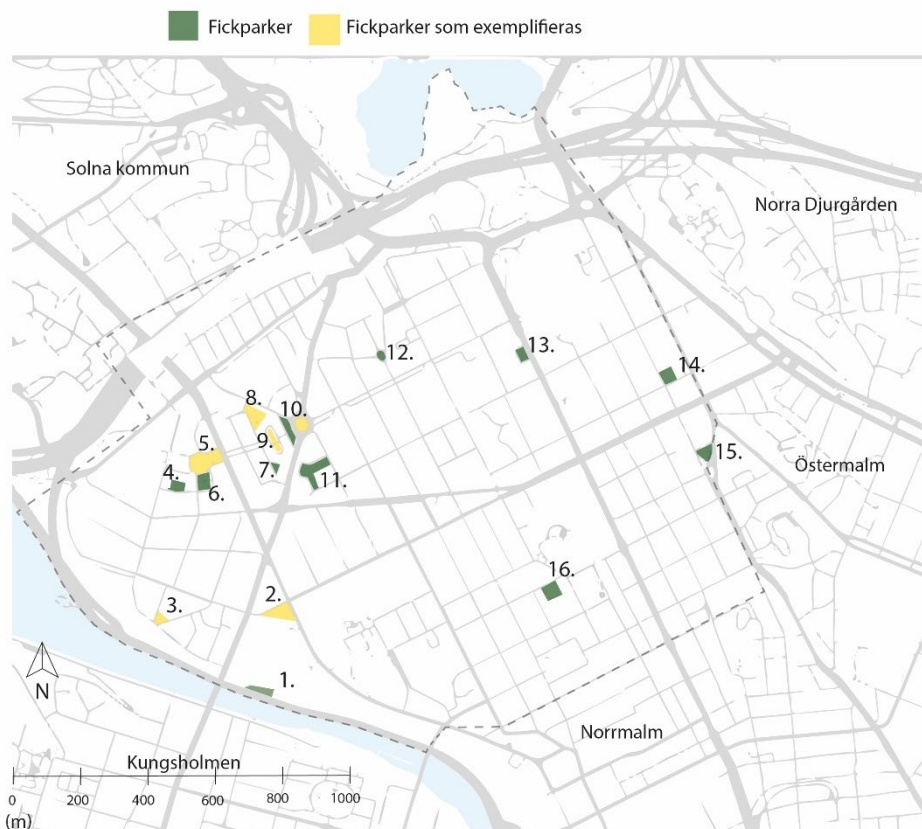
Stadsparker definieras av stockholm stad (2015) som stora och mångfunktionella parker, ofta belägna centralt i stadsdelen, där lek, motion, avkoppling, samvaro och evenemang är vanliga element (Stockholm stad, 2015: 10). Tre stadsparker

identifieras i Vasastaden; Observatorielunden, Vasaparken och Norra stationsparken (se figur 3) (Stockholm stad 2015). I Norra stadsdelen finns Norra stationsparken som tillkommit i samband med utbyggnadsprojektet centrala Hagastaden under 2020-talet (Stockholm stad 2015). Vanadislunden är en park som till ytan är ungefär lika stor som stadsparkerna (Lantmäteriet u.å), men definieras enligt Norrmalms stadsdelsförvaltning (2015) som en bergspark, det vill säga kuperad park med stora nivåskillnader, berg i dagen och gamla träd. Tegnérslunden är likaså en bergspark. Bellevue är den enda naturparken i Norrmalm, det vill säga ett större område av sparad skogsmiljö med inslag av park (Stockholms stad 2015:10). Dessa stadsparker, bergsparker och naturparken är alla stora parker och är därför utritade under samma kategori i figur 3.

I Vasastaden finns ett flertal kvartersparker, vilket definieras som mindre parker i en mindre del av en stadsdel som utgör bostadsnära oaser och är viktiga för den lokala miljön (Stockholm stad 2015:10). De kvartersparker vi har identifierat (se figur 1) är Sankt Eriksparken, Enkehusparken, Norrbackatäppan och Spökparken. Dessa är större än 3000 kvadratmeter men mindre än 10000 kvm, det vill säga mindre än stadsdelsparkerna och bergsparkerna, men större än uppsatsens definition av fickparker (Lantmäteriet, u.å). Parkgator skapar gröna länkar som binder samman grönområden, till exempel breda trädplanterade gator. Även trappanläggningar, gatuplanteringar och planteringar under träd ingår (Stockholm stad, 2015:11). I Vasastaden har Rödabergsgatan, Sankt Eriksgatan och Vanadisvägen identifierats som parkgator med offentlig grönstruktur (se figur 3) (Lantmäteriet u.å.). Rödabergsgatan (nr. 13 i figur 3) innehar en esplanad bestående av ett offentligt parkstråk med bänkar och vegetation omgivet av körbanor på båda sidor, och de trädplanterade gatorna Sankt Eriksgatan och Vanadisvägen utgörs av alléer. Den återstående och huvudsakliga parkkaraktären i uppsatsen är fickparker. Utifrån vår valda definition av storlek och innehåll av en fickpark har 16 stycken identifierats i Vasastaden (Lantmäteriet, u.å), vilka beskrivs mer utförligt i kommande delkapitel.

4.2.5 Vasastadens identifierade fickparker

Vad gäller fickparker har 16 identifierats i Vasastaden (Lantmäteriet, u.å), utifrån vår definition om dess innehåll och storlek. Samtliga är mindre än 3000 kvadratmeter och innehåller sittplatser, rumslighet och varierad grönska. Vasastadens fickparker är både utritade tillsammans med resterande grönstruktur i (figur 3) och ensamma med numrering i (figur 4), för att tydligt uppvisa dess förekomst och var varje enskild fickpark är belägen. Av alla fickparker har vi valt att i huvudsak exemplifiera sju av dem, nämligen Fickparken Sankt Eriksplan, Drejarparken, Solvändan, Hedemoratäppan, Rödabergsbrinken, Fickparken Vanadisplan. Detta urval ger variation i storlek, rumslighet, innehåll samt omgivningens aktivitetsnivå. De resterande fickparkerna är Sätertäppan, Våringatäppan, Lilla Solvändan, Lampskena rondellpark, Hälsingehöjden, Sveavägsparcken, Atlasäppan, Vegaparken och Jarlapan.



Figur 4. Illustrerad karta över fickparker i Vasastaden. Gulmarkerade fickparker kommer att presenteras i nästkommande stycke och exemplifieras i analysen i nästkommande kapitel.

1. Atlasäppan, 2. Fickparken Sankt Eriksplan, 3. Drejarparken, 4. Våringatäppan, 5. Solvändan, 6. Lilla Solvändan, 7. Sätertäppan, 8. Hedemoratäppan, 9. Rödabergsbrinken, 10. Fickparken Vanadisplan, 11. Hälsingehöjden, 12. Lampskena Rondellpark, 13. Sveavägsparcken, 14. Monica Zetterlunds park, 15. Jarlapan, 16. Vegaparken. Fickparkerna markerade med fetstil kommer att exemplifieras i analysen. (visas i gult i figuren) (Illustration: Alma Konradsson, 2026)



Fickparken Sankt Eriksplan (2): Centralt belägen vid en nod och stråk med mycket rörelse, sittplatser med längre avstånd mellan varandra och utsikt bort från stråken.



Solvändan (5): Nordvästra stadsdelen, topografiska skillnader, sittgrupper placerade på olika håll i parken där samtliga har god utsikt över dominerande stråk med mycket rörelse.



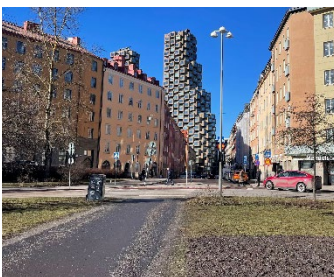
Drejarparken (3): Västra stadsdelen, liten till ytan, omgärdad av staket, många sittplatser med olika grader av intimitet och utsikt över stråk. Belägen nära stråk.



Hedemoratäppan (8): Nordvästra stadsdelen, liten till ytan, enstaka sittplatser, integrerat i ett lugnt bostadskvarter, ger intryck av bostadsgård men är till för offentligheten.



Rödabergsbrinken (9): Nordvästra stadsdelen, utgörs huvudsakligen av grus, sittplatser, omges främst av bostadshus, binder samman Rödabergsgatan och nedgången till Vanadisplan



Fickparken Vanadisplan (10): Belägen inuti noden Vanadisplan och utgörs av en rondell, öppen gräsyta med viss rumslighet, sittplatser, genomgående gångstråk som används som passage, omgiven av mycket mänsklig aktivitet och biltrafik.

Figur 5: Fotografier av fickparker i vasastaden. Visar fickparkerna: Fickparken Sankt Eriksplan, Drejarparken, Solvändan, Hedemoratäppan, Rödabergsbrinken och Fickparken Vanadisplan. (Fotografi av Linnéa Rindås Martinsson 2026)

5. Analys och resultat

I avsnittet utreds dels fickparker roll och som strategi för utvecklad grönstruktur genom närhetsanalys av stadsdelens stora parker, dels vilka sociala värden som fickparker kan bidra med utifrån Gehls (2011) teori. Slutligen undersöks utvecklingsmöjligheter för grönstrukturen genom analys av potentiella ytor för tillämpning av fler fickparker. Kombinationen av analyserna visar på fickparkens utmaningar och möjligheter från ett socialt perspektiv.

5.1 Analys av fickparker som strategi för utvecklad grönstruktur

I följande delavschnitt avser vi analysera fickparkens roll och sociala betydelse för grönstrukturen i Vasastaden genom att identifiera tillgången och närheten till stora parker, vilket görs med utgångspunkt i Cecil Konijnendijks princip om 3-30-300. Regeln belyser vikten av att kunna ha utsikt över grönområden därav minst 3 träd, att varje stadsdel bör ha minst 30 procent krontäckningsgrad samt möjligheten till nära tillgång till offentliga grönområden med en riktlinje om maximalt 300 meter (Konijnendijk, 2022). Eftersom uppsatsen undersöker fickparkens roll i grönstrukturen och det mänskliga perspektivet i den offentliga stadsmiljön bedöms endast aspekten om närhet till grönområden relevant och tillämpas därmed på analysen. Aspekterna om krontäckningsgrad och utsikt över träd och grönska exkluderas därav.

5.1.1 Närhetsanalys

En nära och enkel tillgång från hemmet till offentliga grönområden och parker kan knytas till flera hälsofördelar (Konijnendijk, 2022; WHO 2017) och är en avgörande faktor i användandet av dessa miljöer, vilket gör en närhetsanalys relevant att genomföra. Nära tillgång till parker ökar den regelbundna användningen av dem, vilket ger positiva effekter på mental, fysisk och social hälsa (Konijnendijk, 2022). Förutom principen om 3-30-300 rekommenderar även världsorganisationen WHO ett avstånd på maximalt 300 meter eller 5 minuters promenad till närmaste grönområde med en storlek på minst 5000 kvm – 10 000 kvm (WHO 2017:6,11). Stora parker och grönområden förespråkas av många forskare som menar att parkens storlek är viktig, eftersom större grönområden bland

annat har associerats med fler rekreativsmöjligheter (Cohen et al. 2010 se Konijnendijk 2022).

Närhet kan mätas på flera olika sätt, varav mätning av fågelavstånd är det vanligaste (Spacescape u.å.). I kommande stycke genomförs en sådan närhetsanalys utifrån Vasastadens grönområden och parker. En annan metod är mätning av gångavstånd, det vill säga vägen från utgångspunkt till målpunkt via det faktiska gatunätet och rörelsemönstret. Gångavstånd tar hänsyn till stadsbyggnadselement som kan utgöra barriärer i stadsdelen, och kan därmed ge ett mer korrekt resultat (Spacespace u.å.). Trots gångavståndsmetodens fördelar görs en närhetsanalys genom mätning av fågelavstånd, med syfte att ge en generell och översiktlig bild av avstånden till parker. Viktigt att ha i åtanke är därmed att det verkliga avståndet generellt kan vara längre för fotgängare än det uppmätta fågelavståndet. Även Nordh et al. (2024) framhäver att det är viktigt att ha i åtanke att den objektiva tillgången inte behöver vara likvärdig med den upplevda tillgången till grönområden.

Eftersom stora parker har ett stort värde genom stimulans av fysisk aktivitet och positiva hälsoeffekter (Nordh & Østby 2013), utgår närhetsanalysen i den här uppsatsen från parker större än 10 000 kvm. Storleksmättet bestäms utifrån WHO:s rekommendation om ett avstånd på maximalt 300 meter till en park med en storlek på minst 5000 kvm-10 000 kvm (WHO 2017:11). I Vasastaden är Stadsparker, bergsparker och naturparker större än 10 000 kvm (Stockholmstad 2015; Lantmäteriet, u.å.). Det valda avståndsmättet om 300 meter beräknas i en ungefärlig radie runt dessa stora parker. Områden innanför cirkelns radie innebär en enkel och nära tillgång till stora parker för rekreation, motion och vistelse (se figur 6). Områden utanför cirkelns radie innehar i stället en brist på nära tillgång till parker, vilket gör dessa till bristområden (se figur 6).



Figur 6: Illustration som visar en närhetsanalys utifrån stora parker över 10000 kvm inom en 300 meters radie, mätt från parkernas ytterkanter, vilket påverkar cirklarnas storlek (illustreras av röda cirklar). Områden innanför de röda cirklarna har god nära parktillgång, områden utanför de röda cirklarna har brist på nära tillgång till parker. Fickparker och kvartersparker är parker mindre än 10000 kvm. Då kvartersparker är större än vår definition för fickpark (större än 3000 kvm) analyseras inte de ingående i kapitlet, men de visas i kartan eftersom de är en viktig del av grönstrukturen. 1. Vasaparken. 2. Observatorielunden. 3. Vanadislunden. 4. Norra stationsparken. 5. Bellevueparken. (Illustration: Alma Konradsson 2026).

Figur 6 visar att närheten till större parker är god i stadsdelens södra och östra delar, medan ett bristområde identifieras i Vasastadens i huvudsak västra delar, men också centrala och delvis norra delar. Där är tillgången på större parker nära hemmet mindre. Exempelvis är avståndet omkring 500–800 meter på vissa ställen i de nordvästra delarna av Vasastaden (Lantmäteriet, u.å.). Fickparkerna är delvis spritt utplacerade men med en betydligt högre koncentration i de centrala och västra delarna, vilket sammanfaller med bristområdet för nära tillgång till stora parker (se figur 6). Dessa fickparker blir därmed särskilt viktiga i bristområdena, det vill säga

de västra, centrala och norra delarna av Vasastaden, där avståndet till de större stadsparkerna blir längre. Bristen på nära parktillgång till stora parker i dessa områden gör att fickparkerna kan spela en viktig och avgörande roll i området. Nordh (2012) påpekar att många små parker i närområdet kan fungera som ett komplement till stora parker, som i en tätare stadsmiljö kan komma att få längre avstånd. Figur 6 visar också på att fickparkerna är få och utspridda i de södra och östra delarna. Där finns det en god nära tillgång till större parker, däremot finns i stället en brist på fickparker i liten skala. Fickparkens lilla skala har särskilda sociala värden. Bland annat kan den främja invånarnas identifiering med parkerna kvarteret (Rosso et al. 2022) och platser med mindre dimensioner kan uppfattas som mer intima och personliga till skillnad från större utrymmen (Gehl 2011:68). Att säkra en nära tillgång till fickparker kan därmed också möjliggöra sociala värden. Genom att utöka nätverket, och på så sätt skapa en större konnektivitet av fickparker, kan även stadsdelens södra och västra delar få tillgång till fickparkens lilla skala och dess fördelar.

Li med medförfattare undersöker i artikeln *Does small mean unimportant? A review of pocket park values and associated factors* (2025) fickparkens värde och skillnader gentemot andra grönområden. De hävdar att fickparker, trots deras lilla storlek, har höga sociala värden när det kommer till bland annat rekreativsmöjligheter och social sammanhållning. Något som också kan särskilja fickparken är dess tvetydighet, där deras lilla storlek gör att funktionerna inte är lika tydligt avgränsade som i stora parker (Li et al. 2025). Det kan således bidra till att användarna inte begränsas till förutbestämda aktiviteter samt kan innebära en högre flexibilitet (Chiesi & Costa 2022 se Li et al 2025). Däremot kan fickparkens erbjudna funktioner ge upphov till korta vistelser och begränsa tiden som människor uppehåller sig i parken (Li, et al. 2025). Fickparkens storlek kan begränsa aktivitetsmöjligheter, och många fickparker innehåller endast sittplatser, vilket därmed blir den enda aktivitetsmöjligheten. C. A. Nordbø et al (2025) visar i sin studie att fysisk aktivitet var den största orsaken till besök och sambanden med upplevd hälsa och livstillfredsställelse, men där även sociala aktiviteter kunde fungera som mediator. Fickparkens lilla skala gör att den begränsas av funktioner för fysisk aktivitet och kan således endast erbjuda möjlighet till sociala aktiviteter (C. A. Nordbø et al. 2025). Det styrker vikten av att fickparker inte kan ersätta större parker, eftersom de inte tillgodoser de viktiga fysiska aktivitetsmöjligheterna. Det talar således för en kombination av parker, där fickparker med sin lilla storlek kan komplettera de större parkerna vad gäller sociala aktiviteter och kontakter.

Peschardt et al (2012) presenterar i artikeln *Use of Small Public Urban Green Spaces (SPUGS)* resultaten från en studie där det visade sig att små offentliga urbana gröna ytor främst används för socialisering, återhämtning och vila. Vidare

visade de att de flesta som använde små offentliga urbana grönytor till återhämtning och vila, stannade en kortare tid på platsen än de som var där för att umgås. Något som kan förklaras av att de flesta som besökte dessa grönytor till återhämtning och vila, var på väg hem eller på väg någonstans. Vasastaden är en stadsdel med många kontor, arbetsplatser och servicepunkter. Det kan därmed antas att fickparkerna kan användas av människor som är på väg hem från arbetet eller på väg mellan olika platser, till framför vila och återhämtning. Resultaten från studien visade även att "... of those who used the SPUGS, almost 80% reported that they did not had access to a private garden" (Peschardt et al. 2012:242), vilket visar på att fickparker kan ha en viktig roll i att erbjuda grönytor för invånare utan tillgång till bostadsgårdar.

Li et al. (2025) menar att flera små och spridda fickparker kan fungera som små närbutiker som kan erbjuda begränsade tjänster, men samtidigt kan uppfylla stadsbornas dagliga behov. Vidare menar de att stora parker i stället kan liknas vid stormarknader med ett större utbud, men som kanske inte är tillgängliga föra alla stadsbor varje dag. Fortsättningsvis menar författarna att fickparkens värde och roll maximeras med en större konnektivitet i ett sammankopplat nätverk. Då kan deras mångsidiga värde och lilla skala utnyttjas bättre, vilket kan bidra till att aktivera stadsrummet och stärka sociala interaktioner, samt främja hållbar stadsplanering (Li, et al. 2025).

Rekommendationer för avstånd kan vara viktigt för att säkra tillgång till grönområden i närheten av bostäder, men det är ingen garanti för att de kommer att upplevas som tillgängliga eller av tillräcklig kvalitet, för att de ska användas av människor (Nordh et al. 2024). Även Konijnendijk (2022) menar att grönområden i olika former kan vara betydelsefulla, men påpekar att det är viktigt att grönområdena är av hög kvalitet och tillåter flera funktioner så som sociala mötesplatser och möjligheter för barn att leka. Nästföljande kapitel analyserar därför Vasastadens fickparker och dess förutsättningar för att möjliggöra sociala aktiviteter och värden.

5.2 Analys av sociala värden i fickparker utifrån Jan Gehls teori

I följande delavsnitt undersöks vilka sociala värden som fickparker kan bidra med som del av grönstrukturen i en stadsdel, vilket görs med utgångspunkt i Jan Gehls teori från boken *Life between buildings: using public spaces* (2011). Ett urval av Gehls aspekter som kan ge upphov till sociala interaktioner och därmed sociala värden, presenteras i följande kapitel. Aspekterna *kontakter*, *mänsklig skala* och *närvaro* analyseras och appliceras på Vasastadens befintliga fickparker, vilket visar såväl fördelar som nackdelar med stadsdelens fickparker.

5.2.1 Kontakter

Gehl hävdar (2011:15–31) att människan är i starkt behov av kontakt med andra människor och beskriver översiktligt olika kontaktsformer i en varierande intensitet, med fokus på de lågintensiva kontakterna, eftersom de är dem som är mest förekommande i stadsrummet. Gemenskap och sociala interaktioner är grundläggande för människan och behovet av varandra är avgörande för att må bra och motverka isolering och ensamhet (Haglund 2023). Enligt Gehl (2011:15) har lågintensiva kontakter, såsom att se, höra och vara runt människor ett värde, både i sig självt och för att de kan skapa förutsättningar till andra mer komplexa former av interaktioner. Gehl presenterar fem olika former av lågintensiva kontakter som kan möjliggöras med hjälp av små offentliga rum och liv i stadsrummet (Gehl 2011:15) och benämns som följande: *anspråkslösa kontakter*, *möjliga startpunkter för kontakter på andra nivåer*, *möjlighet att upprätthålla redan etablerade kontakter*, *informationskälla om den sociala världen utanför* och *inspirationskälla som erbjuder stimulerande upplevelser*. Dessa analyseras i nästkommande stycken utifrån Vasastadens fickparker och dess kontext.

Den första formen av kontakt är de *anspråkslösa kontakterna*. Dessa kontakter är icke-krävande och består främst av möjligheten att vara runt och höra andra människor i sin närhet, vilket gör gränsen mellan isolering och social aktivitet mjukare (Gehl 2011:17). I Vasastaden finns det övervägande små lägenheter med ett rum (Stockholm 2017), vilket indikerar att ensamhushåll är vanligt förekommande. Behovet av att få komma ut i den offentliga miljön blir därmed särskilt viktigt för att motverka ensamhet och isolering. I Nationella folkhälsoenkäten från 2022 framkom att 23% av befolkningen som är 16 år eller äldre upplever ensamhet och isolering. Majoriteten av dem var unga vuxna och äldre (Folkhälsomyndigheten 2024), vilket även är de mest förekommande grupperna som är bosatta i Vasastaden (Stockholm stad 2015:22).

Enligt Gehl (2011:17) bidrar offentliga och integrerade rum i staden till kontakter på ett lättillgängligt och avslappnat sätt, där sociala interaktioner kan uppstå utan att möten med andra nödvändigtvis behöver planeras i förväg. Fickparker skulle kunna vara sådana offentliga och integrerade rum där lättillgängliga och avslappnade sociala interaktioner kan äga rum. Fickparker belägna nära noder och mötesplatser kan skapa direkt kontakt med stadens liv och därmed förutsättningar för anspråkslösa kontakter. Perschardt et al. (2012) visade, som tidigare nämnt, att störst andel av de som använde små offentliga urbana grönytor för återhämtning och vila spenderade kortare tid i dessa än de som använde dem för att träffa andra. Orsaken bakom det kan vara att de flesta av de som besökte de små grönytorerna för

återhämtning och vila var på väg hem eller på väg någonstans (Peschardt et al 2012). Det kan således tala för att denna grupp använder fickparker som är belägna nära dominerande vägar och noder där många människor är i rörelse och på väg. I Vasastadens kontext finns Fickparken Sankt Eriksplan samt Drejarparken som är belägna nära noder där många människor rör sig och passerar. Det talar även för att fickparker nära dominerande stråk och noder också bör erbjuda plats för vila och återhämtning. Drejarparken kan anses vara ett bra exempel på en fickpark belägen i en nod, men med ett lugnare tempo (se figur 7). Det finns även ett stort utbud av sittplatser, vilket skapar möjlighet att sitta för sig själv såväl som tillsammans med andra. Fickparken Vanadisplan är också belägen i en nod med mycket rörelse (se figur 8). Däremot kan den betraktas ej inneha samma kvalitet i att erbjuda möjlighet till återhämtning och vila som Drejarparken. Fickparken Vanadislunden är nämligen belägen i en rondell med mycket biltrafik och människor i rörelse, vilket skapar en högljudd miljö (se figur 8). Fickparken är även öppen, vilket gör att den kan upplevas exponerad. En fickpark med en högljudd atmosfär kan uppfattas som störande (Nordh och Østby 2013). Den erbjuder därför inte miljöer för vila och återhämtning på samma sätt som Drejarparken. Ovanstående resonemang visar på fickparkens beroende av den omgivande miljön.



Figur 7: visar Drejarparkens läge nära dominerande stråk, men med ett lugnare tempo. (Fotografi: Alma Konradsson 2026)



*Figur 8: Visar Fickparken Vanadisplan belägen i en rondell med högljud biltrafik. Den öppna utformningen kan skapa en exponerande känsla.
(Fotografi: Alma Konradsson 2026)*

Offentliga rum mellan husen kan även fungera som *möjliga startpunkter för kontakter på andra nivåer* där möjligheten ges att träffa nya människor och utöka sitt kontaktnät (Gehl 2011:19). Möten och interaktioner med människor utanför hushållet ger bättre kvalitet i vardagen samt främjar fysisk och psykisk hälsa (Haglund 2023). Enligt Gehl (2011:19) är den främsta förutsättningen för att knyta nya kontakter i stadsrummet att mötas och vara närvarande i samma utrymme. Fickparker, som är integrerade mellan husen, kan vara ett sådant offentligt utrymme och bjuda in till spontanitet, oplanerade och oförutsägbara möten, till exempel på vägen hem eller på väg till mataffären. Spontana kontakter i fickparker kan ske flytande genom exempelvis utbyte av några ord när man passerar förbi varandra eller korta samtal med personen intill på bänken. Dessa enkla samtal i vardagen kan ha stor betydelse för den sociala tillfredsställelsen (Gehl 2011:19). Sittplatser riktade mot varandra eller mot livliga stråk kan bidra till spontana kontakter (Gehl 2011:62). Drejarparken har sittbänkar nära och riktade delvis mot varandra, vilket bjuder in till samtal i större utsträckning än till exempel Fickparken Sankt Eriksplan, där sittplatserna är få och utspridda med stora avstånd.

Den tredje formen av kontakter som fickparker kan erbjuda är *möjligheten att upprätthålla redan etablerade kontakter*, till exempel att träffa grannar eller för barn som leker med varandra i närområdet (Gehl 2011:19). Haglund (2023) framhäver att sociala relationer, främst med familj och vänner, är korrelerat med hög livskvalitet och främjar hälsosamt och aktivt åldrande (Haglund 2023). Fickparker nära det egna bostadskvarter kan vara en bra plats att upprätthålla redan

etablerade kontakter, där frekventa möten kan utveckla kontakten med grannar och vänner, samt fungera som en knutpunkt och mötesplats som underlättar möjligheten att umgås med vänner och bekanta. Gehl (2011) skriver:

“The possibility of meeting neighbors and co-workers often in connection with daily comings and goings implies a valuable opportunity to establish and later maintain acquaintances in a relaxed and undemanding way.” (Gehl 2011:19)

“Frequent meetings in connection with daily activities increase chances of developing contacts with neighbors, a fact noted in many surveys. With frequent meetings friendships and the contact network are maintained in a far simpler and less demanding way than if friendship must be kept up by telephone and invitation.” (Gehl 2011:19)

I Vasastaden kan fickparkerna Hedemoratäppan och Rödabergsbrinken, belägna i den nordvästra stadsdelen, vara exempel på fickparker nära och integrerade i bostadskvarter. Under platsbesöket noterades även att dessa fickparker användes sporadiskt som en passage, något som dessutom kan möjliggöra att både kontakter kan skapas och upprätthållas med andra som inte bor i området, men som återkommer till parken.

Enligt Gehl (2011:118–120) möjliggör även offentliga ytor med flera funktioner för umgänge bland alla i kvarteren, och uppmuntrar till samtal om det efteråt. Det är därmed viktigt att ytor erbjuder möjlighet att agera, saker att göra och aktiviteter för olika människor att involvera sig i. Med fickparkens lilla skala medföljer dock begränsade aktivitetsmöjligheter, vilket kan skapa svårigheter i att samla större grupper av människor. Li et al. (2025) konstaterar även att fickparken kan ge upphov till korta vistelser och att tiden människor uppehåller sig i parken är begränsad. Något som går att koppla till Drejarparken och Fickparken Sankt Eriksplan där utformningen av sittplatser är den enda erbjudna möjligheten till aktivitet, vilket kan ge upphov till korta vistelser och begränsade möjligheter till rörelse. Gehl menar att ju mer tid som människor spenderar ute, desto oftare möter de och pratar med andra (Gehl 2011:13). Nordh och Østby (2013) visade i sin studie att små parker i första hand användes till individuella aktiviteter som att slappna av, filosofera och läsa. Samtidigt nämndes i studien att små parker även användes till sociala aktiviteter. Att äta och dricka var vanliga aktiviteter i små parker, vilket både kan vara en individuell och social aktivitet. Författarna påpekar dock att de sociala aktiviteterna inte behöver betyda att man går till parken med någon annan, utan kan innebära att man går till parken för att träffa någon där (Nordh och Østby 2013). I parker som Drejarparken och Sankt Eriksplan med endast erbjudna

sittplatser kan det antas ge upphov till framför allt individuella aktiviteter. Ovanstående resonemang visar på fickparkens begränsningar samt att fickparkens möjligheter att bidra till sociala kontakter kan vara reducerad i jämförelse med större parker.

Fickparker kan även fungera som en *informationskälla om den sociala världen utanför* genom att ge värdefull information om den sociala miljön omkring oss (Gehl 2011:21). Gehl (2011) menar att det kan vara minst lika viktigt att få reda på vanliga men viktiga detaljer om vår omgivning, till exempel hur andra beter sig, klär sig eller arbetar, likväl som världsnyheter från massmedia. Informationen kan göra att människor etablerar en tryggare relation med världen runt omkring sig (Gehl 2011:21). Drejarparken och Solvändan innehar båda platser för möten och bänkar placerade med utsikt över stråk, vilket skapar förutsättningar att fungera som informationskälla. Människor föredrar bänkar med utsikt över den omgivande miljön och dess aktiviteter framför bänkar utan utsikt (Gehl 2011:27).

Slutligen kan utomhusvistelse i fickparker vara en *inspirationskälla som erbjuder stimulerande upplevelser*. Offentliga parker kan erbjuda stimulerande erfarenheter, nya intryck, en plats att rensa tankarna på samt uppmuntra till att våga ta kontakt med andra människor (Gehl 2011:21). Gehl (2011:21) menar att "We are inspired by seeing others in action" och idéer kan genereras av att se och höra andra människor. Fickparker i närheten av mycket människor i rörelse kan därmed även ge upphov till inspiration. Det finns dock en risk i att vistelse där kan upplevas som överväldigande på grund av parkens stora skala och mycket människor (Nordh 2012). Nordh & Østby (2013) framhäver också vikten av att små parker också bör erbjuda lugna atmosfärer.

5.2.2 Människlig skala

Enligt Gehl (2011:62) kan den fysiska utformningen såväl främja som hindra visuell och auditiv kontakt bland människor på minst fem sätt, där liten skala är att föredra. De fem aspekterna är: inga väggar eller barriärer, korta distanser, låg hastighet, en våning samt placering ansikte mot ansikte, och dessa kan främja sociala kontakter (Gehl 2011:62). De mänskliga sinnena syn, hörsel och doft är aktuellt när det kommer till kontakt i offentliga miljöer. Sinnet doft är mest beroende av korta distanser, där svaga dofter kan tas upp inom en meter, följt av hörselns förmåga som är effektiva i upp till sju meter. Synen är mest funktionell, men vad gäller att se andra människor är den också begränsad. Ett kortare avstånd krävs för att urskilja detaljer hos människor och därmed uppfatta varandra som individer. När avståndet är 20–25 meter kan ofta känslor och stämningar uppfattas

hos andra, vilket är starten för ett intressant och relevant möte i sociala sammanhang (T, Hall 1966 se Gehl 2011:64–15).

Nära avstånd ger en mer intensiv kontakt och möjliggör för alla dessa tre sinnen att samverka. Det indikerar att små offentliga rum i mindre skala kan främja möjligheten till sociala band och därmed ge upphov till sociala värden. Avstånd kan reglera intimitet och intensitet samt styra början och slutet på enskilda samtal, vilket betyder att ett visst avstånd behövs för samtal (Gehl 2011:67). Drejarparkens utformning är ett bra exempel på en fickpark som möjliggör nära kontakt och samtal. Bänkar finns nära och riktade mot varandra, vilket främjar sociala interaktioner där hörsel, syn och doft kan samverka (Gehl 2011:62). Med häckar och staket i midjehöjd runt fickparken upplevs fickparken som öppen där möjlighet även ges att se människorna som rör sig utanför fickparken.

Li et al. (2025) menar att fickparker skiljer sig från större parker genom att de är mer beroende av den omgivande miljön. Vidare menar författarna att stora grönområden inte är beroende av den på samma sätt, eftersom de har en mer väldefinierad indelning av zoner och funktioner. Fickparker är å andra sidan små och begränsade i utrymme, vilket gör att deras värde beror till stor del på den omgivande miljön (Li, et al. 2025). Även Lynch (1959:1) beskriver vikten av att ta hänsyn till stadselementens omgivning. Han menar att stadsdesign är en temporal konstform där allt hela tiden relaterar till sin omgivning. Människor är rörliga element och deltar som en del av staden, och är likväl så viktiga som de fysiska elementen i uppfattningen av stadsbilden. Det blir därmed särskilt väsentligt att ta hänsyn till omgivningen och skalan i placering och utformning av fickparker.

Fickparkens lilla markyta bidrar med högre värden för mental hälsa samt högre förtroende för bostadsområdet och kvarteret jämfört med stora parker (Rosso et al. 2022), vilket bidrar till sociala värden genom identitet och trivsel i kvarteren. Parkens begränsade storlek är därmed den mest framträdande egenskapen som bidrar till ökad trivsel både för dem som bor och arbetar i området. Fickparker, särskilt runt 200 kvadratmeter, gynnar även en bredare spridning av parker i bostadsområden på grund av att de upptar lite yta bland byggnader (Rosso et al. 2022). De större stads- och bergsparkerna som finns i närområdet erbjuder sociala värden i form av bland annat stimulans av fysisk aktivitet, positiva hälsoeffekter och en plats för samvaro (Nordh & Østby 2013), men fickparkernas lilla skala kan erbjuda en annan typ av sociala värden. Små ytor tenderar nämligen att uppfattas som trivsamma och personliga (Gehl 2011:68). Enligt Gehl (2011:68) kan små dimensioner möjliggöra att se och höra andra människor och detaljer kan uppfattas bättre, vilket påverkar helhetsupplevelsen. Stora ytor tenderar å andra sidan att uppfattas som kalla och opersonliga (ibid), vilket talar för fickparken som plats för

ökad trivsel, intimitet och rofylldhet. Gehl (2011:68) menar vidare att förhållandet mellan avstånd och intensitet, närhet och trivsel i olika situationer spelar en viktig roll i uppfattningen av arkitektoniska dimensioner. Mindre dimensioner, smala gator och små utrymmen samt människorna som rör sig i dessa utrymmen upplevs på nära håll med högre intensitet (ibid). Dessa områden uppfattas som intima, varma och personliga till skillnad från större utrymmen med breda gator och höga byggnader som inte följer den mänskliga skalan och därmed ofta upplevs som kalla och opersonliga (Gehl 2011:68).

Meningsfulla sociala aktiviteter, intensiva upplevelser, samtal och möten äger rum i mänsklig skala när människor står, sitter, eller går. Från ett fordon eller område med hög rörelsehastighet kan man få en kort glimt av varandra, men "life takes place on foot" (Gehl 2011:72). Endast då kan individen känna sig bekväm och få tid att uppleva, pausa eller engagera sig (Gehl 2011:72). Genom att arbeta med arkitektoniska medel i en liten skala kan man främja möjligheten att uppleva social kontakt som är anpassade till människans sinnen, vilket kan göra fickparkens lilla skala särskilt passande.

5.2.3 Närvaro

Fickparken som offentligt rum skapar utrymme för sociala kontakter och möte med andra människor, vilket gör närvaron till en central del i parkens sociala värden. Nordh (2012) framhäver potentialen hos just små parker och dess möjlighet att främja återhämtning från stress i en tätbebyggd miljö. I artikeln presenteras forskningsresultat från studier av hur olika aspekter påverkar individens möjlighet till återhämtning från stress. En av aspekterna som undersöktes var närvaron av andra människor. Resultaten från studierna visade att deltagarna föredrog möjligheten att sitta ensam, vilket bidrog till förutsättningar för återhämtning. Allt för många människor i parken upplevdes i studien som negativt. Deltagarna föredrog människor i parken i graden mellan många människor och inga människor (Nordh 2012). Den begränsade ytan i fickparker gör att antalet människor blir begränsat, vilket kan tala för fickparker som en plats med förutsättningar för återhämtning från stress. Hedemoratäppan, inbäddad i ett bostadskvarter, har ett mer avskilt läge bland finmaskiga gator än till exempel Fickparken Sankt Eriksplan som är öppet angränsad till noder och stråk med mycket aktivitet (se figur 3 & 4). Avskildheten kan bidra till att parken inte används av så många människor, vilket kan gynna dem som trivs i offentliga rum med få människor. Gehl (2011:23) menar däremot att "people are attracted to other people", som följd av människans behov av stimulans i städer. Gehl menar vidare att industrialisering och funktionsseparering samt bilism anses leda till livlösa och monotona städer, vilket ger upphov till städers behov av stimulans i form av andra människor. Att uppleva

andra människor beskrivs ge färgstark konstant stimulans där ingen stund är den andra lik. Nya situationer kan ständigt uppkomma när andra människor är runtomkring, vilket skapar levande städer. Om det inte finns utrymme för sociala interaktioner blir staden livlös, även om byggnaderna är färgglada eller formrika. I valet mellan semi-privat och privat bostadsgård väljer de flesta den semi-privata, vilket visar på människans behov av att vara runt andra (Gehl 2011:21–25).

Kombinationen av den önskade upplevelsen kring minimal närvaro av andra människor och upplevelsen av att människor attraheras till andra människor kan tyda på människans trivsel bland andra på en måttlig nivå. Fickparkers integrering i stadsdelen och direkta anknytning till stråk, i kombination med dess begränsade markyta, där det rymmer ett begränsat antal människor, kan därmed möjliggöra såväl närhet till andra människor som lugn samvaro utan att uppleva trängsel eller för mycket aktivitet. Fickparken Solvändan kan vara ett exempel på detta, eftersom den erbjuder närhet till många människor, men också stillhet och lugn. Fickparken är belägen längs den dominerande gatan Torsgatan och bjuder därför lättvindigt in till vistelse. Parken är utformad i olika nivåer, vilket bland annat gör att man från Torsgatan kan se mänsklig aktivitet längre in i parken och därmed locka fler människor enligt principen att “people are attracted to other people” (Gehl 2011:23) (se figur 5, nr 5). Nivåskillnaderna skapar även olika avdelningar med olika mycket aktivitet. Några nivåer är mer avskilda och avsatta för enstaka sittplatser medan andra är avsatta för lek, rörelse och vistelse för fler. Fickparkens kombination av närhet till mänsklig rörelse och dess avskilda rum gör det till en miljö som kan passa många.

5.3 Ökad grönstruktur genom fler potentiella fickparker

Efter analys av fickparkens roll i Vasastadens grönstruktur och dess sociala värden, samt identifikation av bristområden gällande närhet till grönområden, är det intressant att undersöka hur grönstrukturen kan utvecklas med hjälp av fler potentiella fickparker. Li et al. (2025) anser att fickparker har en fördelaktig roll inom stadsplanering då deras lilla skala innebär att ett mer flexibelt stadselement. Således kan kvarstående, ambivalenta och vilande utrymmen i stadsstrukturen utnyttjas och omvandlas till gröna platser till en lägre kostnad och större närhet till invånarna. Flexibiliteten kan också utnyttjas genom omvandling till andra funktioner, som till exempel fler parkeringsplatser om behovet och stadsplaneringsdirektivet i staden förändras, vilket gör fickparken reversibel. Det kan dock vara utmanande att hitta lämpliga potentiella ytor i tätbebyggda städer, på grund av den rådande bristen på markyta. Ytor som kan verka överblivna kan dessutom visa sig ha viktiga funktioner. Det finns många styrande faktorer som begränsar stadsutvecklingen (Spacescape 2013). Juridiska ramverk och politiska

beslut genom bland annat lagstiftning, strategier, regler, planer och buffertzoner kan innebära begränsningar. Även värdefull eller skyddsvärd mark, som till exempel naturreservat och riksintressen för kulturmiljövården. (Spacescape 2013:36–49). Likaså kan stadens fysiska form och infrastruktur innebära begränsningar som kuperad mark samt redan planlagd mark (Spacescape 2013:50–55). Med dessa begränsningar i åtanke har vi i denna uppsats identifierat förslag på ytor med utvecklingspotential till att bli fickparker bortsett från tekniska, juridiska, kulturhistoriska och andra viktiga faktorer som spelar in i stadsutveckling. Genom platsbesök och kartstudier identifierades potentiella ytor i Vasastaden där fickparker skulle kunna utvärderas eller anläggas (se figur 9), utifrån aspekterna geografiskt läge och användningsområde.



Figur 9. Illustrerad karta över potentiella ytor för etablerande av fickparker, visas med röda cirklar.

1. Rörstrandsgatan, 2. Trappan, 3. Gräsyta i trevägskorsning, 4. Norra tornens gångfartsområde, 5. Norra tornens gångfartsområde, 6. Rödabergsbrinkens vändplats, 7. Gräsyta i korsning, 8. Hagagränd, 9. Trottoaren, 10. Drottninggatan, 11. Nod vid Birger Jarlsgatan. (Illustration: Alma Konradsson, 2026)

Yta 6 (se figur 9) i nordvästra stadsdelen har potential till att bli en fickpark. Ytan är idag en vändplats i direkt anknötning till fickparken Rödabergsbrinken. I enlighet med Gehls (2011:31) teori om vikten av människors plats i staden framför bilismen, skulle den här ytan som fickpark kunna främja människans sociala värden och förstärka nätet av grönstruktur. Ytan skulle bli en förlängning av fickparken Rödabergsbrinken på grund av dess direkta anknötning. I nordvästra stadsdelen finns även (yta 2, se figur 10). Det är idag en trappa längs västerut på Tomtebogatan (se figur 9) som bedöms ha utvecklingspotential. Trappan har i nuläget hårdbelagda ytor i en plåtå, utan konkret användningsområde. Den lilla skalan, samt avskildheten från vägar gör det till en lugn plats. Den är även belägen i ett identifierat bristområde till större parker, något som gör platsen särskilt intressant.



Figur 10: Visar (yta 2), trappan västerut på Tomtebogatan vars hårdbelagda ytor har potential att utvecklas till en fickpark. (Fotografi: Alma Konradsson 2026)

En ytterligare potentiell plats (yta 4 och 5, se figur 9) i nordvästra Vasastaden är beläget intill skysraporna Norra tornen. Området är mycket tätt bebyggt. Fickparker kan därmed vara den parktyp som skulle kunna vara möjlig att integreras i miljön. Idag är ytan utanför Norra tornen ett gångfartsområde med enstaka bänkar och ett fåtal träd, kallat Torsplan. Potentialen skulle finnas att utveckla ytan med mer varierad vegetation, fler sittplatser och göra det till en plats enbart för fotgängare.

Möjligheten finns också att utveckla befintliga gator till parkgator eller fickparker. Rörstrandsgatan i västra Vasastaden är en gata med sådan potential (yta 1, se figur

9). Gatan ska även utvecklas till gågata med mer plats för fotgängare, fler sitttor och träd (Stockholm stad 2026). Därmed finns potential i att utveckla gatan ytterligare genom att till exempel omvandla dagens torg till en fickpark med fler träd och vegetation, vilket skulle bidra ytterligare till grönstrukturens nät och sociala värden för människorna i området. Gehl (2011:31) yttrar ett motstånd till bilismen i städer och menar att en god levande stad prioriterar fotgängare över biltrafik, vilket stärker argumentet att vissa gator kan omvandlas till gågator och parkgator. Yta 7 och yta 3 (se figur 9) är idag inhängande gräsytor med vegetation, staketet runt gör de otillgängliga för användning och att människor endast passerar förbi. Genom att öppna upp staketet, anlägga hårdlagda ytor och placera sittplatser kan dessa ytor bli offentliga rum för vistelse och möten. Även korsningen Birger Jarlsgatan - Tégnergatan (yta 11, se figur 9) skulle kunna ha potential till att bli en fickpark eller grönt torg. Korsningen befinner sig i en nod på en dominerande gata vilket gör att det är mycket rörelse av människor. En fickpark där kan skapa en mötesplats där människor attraherar människor (Gehl 2011:23) och fler fickparker skapas i det östra området där det idag finns ett fåtal. Centralt beläget i Vasastaden, med närhet till noden Odenplan, finns ett torg vid Hagagränd (yta 8, se figur 9). Idag är i princip hela ytan hårdgjord med planterade träd längs ett gångstråk. Ytan utgör en mötesplats och potential finns att göra ytan till en fickpark med mer vegetation och sittplatser, vilket skulle bidra till fler upplevelsevärden och förstärka platsens egenskap som en mötesplats.

6. Slutsats och diskussion

I följande kapitel diskuteras, reflekteras och sammanfattas undersökningens huvudsakliga resultat. Inledningsvis diskuteras resultatet utifrån ett kritiskt förhållningssätt. Därefter genomförs en reflektion av uppsatsens valda metoder och dess trovärdighet och relevans. Slutligen presenteras en slutsats där uppsatsens resultat och genomförande summeras samt sätts i ett sammanhang av tidigare och framtida forskning.

6.1 Diskussion av resultat

Syftet med uppsatsen var att identifiera fickparkens roll i grönstrukturen med utgångspunkt i Vasastaden, analysera fickparkens möjlighet att bidra med förutsättningar för ökade sociala värden, samt undersöka fickparken som en strategi för utvecklad grönstruktur. Efter genomförd analys av fickparkens roll i Vasastadens grönstruktur kan det konstateras att stora parker, som bland annat möjliggör fysisk aktivitet och erbjuder vistelse för fler människor (Nordh & Østby 2013), är viktiga och bör inte ersättas av fickparker, men kan kompletteras av dem. Begränsad markyta och hög befolkningstäthet på grund av tät stadsstruktur och dagens ideal om förtätning gör att de stora parkerna får ökat tryck och betydelse för människorna. En balans mellan tillgång på stora och små parker blir därmed viktigt att eftersträva. Det faktum att Vasastadens primära bristområde för nära tillgång till stora parker sammanfaller med det område där tillgång på fickparker är god, visar hur fickparker kan fylla funktionen som ett komplement. Vasastaden skulle därmed kunna agera som ett bra exempel på hur parktillgången kan balanseras upp och på så sätt säkra tillgången på grönområden i hela stadsdelen. Inför framtida stadsutvecklingsprojekt och anläggning av bostadsområden skulle Vasastaden kunna visa på hur en tät och livfull stad också kan ha god och nära tillgång på grönområden, där fickparker har en viktig roll i att kompensera bristområden. Flera forskare framhåller att en hög konnektivitet av fickparker är viktigt (Nordh 2012; och Li, et al. 2025), vilket kan maximera fickparkens värde. Dess roll i grönstrukturen kan bli mer central och utnyttjandet av dess lilla skala kan bli bättre, vilket i sin tur kan stärka sociala interaktioner (Li, et al. 2025). Att ha tillgång till grönområden är dessutom en fråga om social rättvisa (Konijnendijk, 2022) och närhet till parker är därmed viktigt att tillgodose i alla bostadsområden.

En nackdel med närhetsanalysen är att hänsyn inte tas till utomstående faktorer, såsom befolkningsmängd och byggnadernas höjd. Norra delarna av Vasastaden (centrala Hagastaden), med dess betydligt högre bostadshus än resterande stadsdel, har ett högre exploateringsantal än andra delar av stadsdelen, vilket i sin tur kan

göra att Norra stationsparken får ett särskilt högt besöksstryck. Norra stationsparken (ca 3000 kvm) är dessutom betydligt mindre än till exempel Vasaparken (ca 9500 kvm) och Vanadislunden (ca 9500 kvm) (Lantmäteriet u.å), vilket gör att trycket ökar ytterligare. Dessutom finns inte några andra parker inom 300 meter i norra Vasastaden. Resonemanget ovan kan tyda på att norra stadsdelen utgör ett större bristområde än analysen nu visar, vilket även gör att fickparkers roll blir ännu mer betydande i det området. Det visar även på att dagens förtättningsstrategi kan riskera att kompromissa med tillräckliga arealer för grönstruktur i förhållandet till exploateringsgraden. Centrala Hagastaden, som representerar 2000-talets förtättningsideal, i jämförelse med resterande Vasastaden med planeringsideal på 1800-talet kan därmed illustrera likheter och skillnader i stadsmiljön och grönstrukturplanering. Vasastadens historiska del från Lindhagens 1800-talsplaner visar på en tid och ett ideal där grönstrukturen hade en viktig roll och dignitet. Grönskan var rejält tilltagen och tillförde ljus, ren luft och estetik. Stenstadsstrukturen är tät och sammanhållen, men grönområden fick stora arealer. I centrala Hagastaden, med dagens förtättningsideal, kan grönstrukturen å andra sidan anses ha fått en undanträngd roll, till förmån för ett maximerat antal bostäder. Stadsstrukturen är mycket tät, likt stenstadsidealet, men har ytterligare ett antal våningar på höjden, vilket påverkar tätheten och koncentrationen av människor. Dessutom är parken betydligt mindre i storlek än parkerna i den historiska delen av Vasastaden. Ovanstående resonemang visar på att dagens förtättningsideal kan ifrågasättas när det kommer till grönstrukturplanering, dessutom i en tid där stadsutvecklingen ska främja mål om hållbarhet, däribland social hållbarhet men även ekologisk och miljömässig. Resonemangen visar även på stadsplaneringens komplexitet, där många olika faktorer behöver tas i beaktning och samtidigt är beroende av varandra, något som är viktigt att vara medveten om i utveckling av grönstruktur.

Analysen av fickparkers förutsättningar för att bidra till sociala värden utifrån Gehls (2011) teori visade hur aspekterna sociala kontakter, mänsklig skala och närvaro är viktiga när det gäller fickparker. Olika typer av sociala kontakter kan uppnås och erbjudas i fickparker. Något som kan kritiseras är huruvida dessa sociala kontakter skiljer sig från de i stora parker. Enligt Gehl (2011:68) tenderar stora ytor att uppfattas som kalla och opersonliga, medan mindre rum och dimensioner möjliggör mer intima kontakter. Ett motargument till fickparker skulle kunna vara att även stora parker kan delas upp i mindre rum och därmed erbjuda olika typer av sociala kontakter. Samtidigt blir fickparkens integrering i stadsmiljön en viktig och återkommande aspekt, som i sin tur kan bidra till lättillgängliga och vardagliga kontakter.

Analysen av potentiella ytor för fickparker kan vara ett sätt att visa fickparkens flexibilitet som stadselement och därmed var de har som störst möjlighet att tillföra stadsmiljön både grönska och mötesplatser. Analysen tar dock ej hänsyn till tekniska, juridiska och fysiska begränsningar, vilket har stor påverkan på huruvida dessa ytor faktiskt kan omvandlas till fickparker. Resultatet blir därmed mer en uppmuntran till att utveckling av grönstruktur skulle kunna vara möjlig, även i ett mycket tätbebyggt område som Vasastaden, vilket kan ge inspiration i framtida utvecklingsprojekt för att skapa mer socialt hållbara städer.

6.2 Metodreflektion

Uppsatsens valda metoder, samt beslutet att kombinera flera metoder, och dess relevans och trovärdighet kan diskuteras. Landskapsarkitektur är en tvärvetenskaplig disciplin (Thompsson 2017) och forskningen inom området har en koppling till flera skilda akademiska fält, vilket gör att metoder kan väljas utefter vilka aspekter som berörs (SLU 2026). Sveriges lantbruksuniversitet (SLU 2026) menar att forskningsdisciplinen hålls samman genom en ambition av att utveckla kunskaper för yrkesverksamma landskapsarkitekter. Landskapsarkitektur kan anses vara beroende av sin geografiska kontext och sitt sammanhang. Lynch (1959) hävdar att stadsdesign är en temporal konstform där allt relaterar till sin omgivning (Lynch 1959:1). Att utgå från en specifik geografisk avgränsning kan således bidra till att konkretisera och tillämpa teori på praktik. Att endast använda litteraturstudier kan bli abstrakt och teoretiskt. Det kan därmed argumenteras för att beslutet om att kombinera metoder kan vara relevant för att besvara frågeställningen med ett landskapsarkitektoniskt förhållningssätt. Däremot kan de valda metoderna innebära begränsningar. Myndigheter och dokument besitter inte samma trovärdighet som vetenskapligt och empiriskt material. Dessutom kan valet att utgå från en specifik plats innebära en direkt påverkan på resultatet, vilket gör det beroende av platsen. Det kan således bli svårbedömt att förhålla sig till resultatet, vilket kan medföra en svårighet i att applicera resultatet på en annan plats. En liknande studie med likartade metoder men som i stället undersöker en annan geografisk kontext kan därmed få ett divergent resultat. Att använda sig av flera metoder kan dessutom betyda att resultatet inte blir lika djupgående, i jämförelsevis med fokusering på endast en metod för att besvara en frågeställning.

Uppsatsens syfte var att identifiera fickparkens roll i grönstrukturen, samt undersöka fickparkens möjligheter till att skapa förutsättningar för sociala värden i en tät stadsmiljö. Uppsatsen ämnade analysera grönstrukturen som en viktig del av stadsplaneringen och utifrån deras fördelar för människor och sociala värden i staden. Därav grundar sig valet av Jan Gehls teorier och hans sociala aspekter, samt

människocentrerade perspektiv. Uppsatsens utgångspunkt i Gehls aspekter har bidragit till en insikt i sociala värden utifrån människans perspektiv och därmed social hållbarhet. Däremot kan användningen av Gehls teorier medföra en begränsning och en vinkling av analysen. Det kan vidare innebära att andra sociala aspekter utesluts, såsom till exempel trygghet, tillgänglighet och socioekonomiska faktorer. Avgränsning av sociala aspekter är dock något som varit nödvändigt för den här uppsatsens omfattning, men som inom framtida forskning är viktigt att fortsatt utreda för att få hela den komplexa bilden. Gehls förespråkande om fotgängarens perspektiv och skarpa kritik mot bilismen kan också ge en vinkling till fotgängarens fördel, därav bör andra perspektiv i framtiden likaså utredas. Även andra aspekter relevanta för disciplinen landskapsarkitektur bör behandlas inom området i framtida forskning. Bland annat ekologiska och estetiska perspektiv, för att på så sätt få en mer inkluderande bild och ett helhetsgrepp om fickparkens roll i grönstrukturen och dess möjligheter, utmaningar och begränsningar.

Uppsatsens närhetsanalys är också begränsad och ger endast en översiktlig uppskattning om närhet till parker. Beslutet att endast använda metoden fågelperspektiv och inte gångavstånd, var nödvändig för den här uppsatsens omfattning. Trots att gångavstånd kan anses ge en mer verklig bild av närhetsuppfattningen (Spacescape u.å.). Till följd av detta blir resultatet mer diffust och flytande, i jämförelsevis med de mer tillförlitliga metoderna gångavståndsanalyser eller GIS-verktyg, vilka kan ge ett mer exakt resultat. Det är möjligt att resultatet hade kunnat skilja om uppsatsen i stället tog hänsyn till gångavståndsanalyser. Det är dock troligt att anta att bristområdena i så fall hade blivit större, eftersom fysiska hinder förlänger avståndet och fågelvägen är generellt sett kortare.

6.3 Slutsats

Sammanfattningsvis kan den här uppsatsen bidra till ny kunskap och nya perspektiv på hur fickparker kan användas i täta stadsmiljöer. Resultaten från närhetsanalysen visar att Vasastaden har bristområden när det kommer till nära tillgång till stora parker över 10 000 kvm, men att de sammanfaller med en större tillgång till fickparker. Resultaten från analysen av fickparker som strategi för utökad grönstruktur visade att en högre konnektivitet och spridning av fickparker kan vara ett sätt att kompensera för brist till stora parker, vilket påtalades av flera forskare (Nordh 2012; och Li, et al. 2025). Fickparker och dess flexibilitet har ett värde som stadselement i och med att de kan vara ett sätt att få in mer grönska i täta stadsmiljöer med begränsat markutrymme. De kan likt Vasastadens grönstruktur, fungera som komplement till större parker, vilket gör att tillgången till nära parker i vardagen förbättras. En hög konnektivitet av fickparker kan kompensera i

bristområden för nära tillgång till stora parker samt skapa fler små parker där det endast finns ett fåtal. Fickparkens värde och roll maximeras när en hög konnektivitet uppnås (Li, et al, 2025). Fickparker bör dock inte ses som ett alternativ till stora parker och dess fördelar, utan som ett sätt att öka tillgången till parker i vardagen samt dess hälsofördelar, något som kan vara en investering i samhället.

I analysen om fickparkens förutsättningar att skapa sociala värden visar resultaten från den här studien att fickparker kan skapa förutsättningar för sociala värden genom dess placering, utformning och relation till omgivningen. Likt tidigare forskning (Li, et al. 2025) kom vi fram till att fickparker påverkas mycket av sin omgivning, där den lilla skalan gör den mer känslig. Analysen av Vasastadens fickparker visade på att deras geografiska läge i relation till gatustrukturen påverkar upplevelsen och aktivitetsmöjligheterna, samt vilken typ av social kontakt de kan bidra till. Till exempel kan en fickpark belägen nära en nod och mötesplats ge upphov till inspiration, information och mänskligt liv, medan en fickpark belägen mer avskilt integrerat i ett bostadskvarter kan skapa miljöer för återhämtning från stress och bidra till upprätthållandet av social kontakt med till exempel grannar. Fickparkens utformning har också påverkan på hur väl de kan skapa förutsättningar för sociala värden, framför allt när det kommer till placering av sittplatser. En fickpark med sittplatser på ett nära avstånd och nära stråk kan ge upphov till nära kontakt. Den arkitektoniska utformningen och rumsligheten har också en påverkan, där till exempel en allt för öppen plats i nära anslutning till mycket rörelse kan upplevas exponerande. Den mänskliga skalan kan göra att fickparker upplevs varma och intima. Fickparkens små dimensioner kan skapa miljöer för intensiva samtal och vara miljöer med ett föredragit antal människor för återhämtning av stress. Resultaten från studiens analys visar därmed att fickparker har ett värde när det framför allt kommer till lågintensiva kontakter och som mötesplatser. Den här studien visar även, likt tidigare forskning på fickparkens begränsningar, där det framför allt handlar om att de endast erbjuder ett fåtal aktiviteter och funktioner. Fickparken är begränsad när det kommer till fysisk aktivitet och social aktivitet i större grupper, samt att den ger upphov till korta vistelser (Li, et al. 2025). Människor besöker dessutom ofta fickparker när de är på väg någonstans (Peschardt et al 2012)

Slutligen identifieras även potentiella ytor i Vasastaden, där fler fickparker kan utvärderas och anläggas som en strategi för en utvecklad grönstruktur. Utmaningar kvarstår dock huruvida de identifierade platserna är byggbara eller ej, samt hur de begränsas och av vilka aktörer. Framtida forskning kan behövas för att närmare titta på hur fickparker begränsas av drivkrafter och aktörer i stadsutvecklingen och vad som krävs för att möjliggöra för fler fickparker i täta stadsmiljöer. Även forskning

på den estetiska utformningen av fickparker och vilka komponenter som kan bidra till sociala, estetiska och miljömässiga värden. Den här uppsatsen såväl som tidigare forskning har visat att fickparker kan vara värdefulla i täta stadsmiljöer, men ytterligare forskning kan behöva klargöra tydligare riktlinjer och strategier för implementering i beslutsfattande och planering.

Referenser

- Boverket (2020). Ekosystemtjänster ger attraktiva och hållbara städer.
<https://www.boverket.se/sv/PBL-kunskapsbanken/teman/ekosystemtjanster/naturen/attraktivt/> [2026-02-05]
- Boverket (2023a). Det ska finnas plats för livet i en tät stad!
<https://www.boverket.se/sv/samhallsplanering/stadsutveckling/fortatning-av-stader/> [2026-02-04]
- Boverket (2023b). Utmaningar i grönplaneringen.
<https://www.boverket.se/sv/PBL-kunskapsbanken/teman/gronplan/att-arbeta/utmaningar/> [2026-03-19].
- Boverket (2023c). Grönstruktur - en del av en ändamålsenlig struktur.
<https://www.boverket.se/sv/PBL-kunskapsbanken/oversiktsplan/allmannaintressen/struktur/gronstruktur/> [2026-02-20].
- Boverket (2024a). Parker, trädgårdar och grönområden genom tiderna.
<https://www.boverket.se/sv/samhallsplanering/arkitektur-och-gestaltad-livsmiljo/arbetssatt/gronstruktur/kulturvarden/parker/> [2026-03-21].
- Boverket (2024b). Alléer, avenyer och esplanader.
<https://www.boverket.se/sv/samhallsplanering/arkitektur-och-gestaltad-livsmiljo/arbetssatt/gronstruktur/kulturvarden/alleer/> [2026-03-19].
- Boverket (2025). Den byggda formens betydelse – kunskap från forskning.
<https://www.boverket.se/sv/samhallsplanering/arkitektur-och-gestaltad-livsmiljo/arbetssatt/byggda-formen/> [2026-03-03].
- C. A. Nordbø, E. Nordh, H. (2025). Green space visitation: A capacity builder for self-perceived health and subjective wellbeing among urban citizens *Urban Forestry & Urban Greening* 107, 128777.
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1618866725001116>
- Faraci, P. (1967). Vest pocket parks. (Planning Advisory Service Report 229). *American Society of Planning Officials*. (229). <https://planning-org-uploaded-media.s3.amazonaws.com/document/PAS-Report-229.pdf> [2026-02-15].

- Folkhälsomyndigheten (2024). Ensamhet kan påverka hälsan. <https://www.folkhalsomyndigheten.se/contentassets/4c47d2c239964839a9fb8c16011a4acd/ensamhet-paverka-halsan.pdf> [2026-03-02]
- Gehl, J. (2011). *Life between buildings: using public space*. Island Press. https://cus.ubt-uni.net/wp-content/uploads/2024/11/Jan-Gehl-Life-Between-Buildings_Using-Public-Space-2011-Island-Press.pdf[2026-03-10].
- Globala målen (2024). Om Globala målen. <https://www.globalamalen.se/> [2026-03-10].
- Grahn, P. (2012). Natur och hälsa i en alltmer urban livsmiljö. *Socialmedicinsk tidskrift*, 89 (3), s. 207-216. <https://publicera.kb.se/smt/article/view/43523/32642> [2026-03-06].
- Hagastaden (u.å.). Hagastaden – Upplev staden i huvudstaden. <https://www.hagastaden.se/> [2026-02-25].
- Haglund, B.J.A. (2023). Att förebygga ofrivillig ensamhet. *Socialmedicinsk tidskrift*, 100 (2), s. 180-192. <https://publicera.kb.se/smt/article/view/22135/18112> [2026-03-01]
- Hammarlund, C. & Schönning, F. (2013). Pocket parker – som strategi för en tät och grön stad. Malmö högskola. Arkitektur, Visualisering och Kommunikation. <https://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:1482267/FULLTEXT01.pdf> [2026-03-10]
- Konijnendijk, C.C. (2022). Evidence-based guidelines for greener, healthier, more resilient neighbourhoods: Introducing the 3–30–300 rule. *Journal of Forestry Research*. 34, s. 821–830. <https://link.springer.com/article/10.1007/s11676-022-01523-z>
- Københavns Kommune (2009). Lommeparker, Træer og andet grønt- strategi for et gørnere københavn. (Fickparker, träd och andra gröna element) https://kk.sites.itera.dk/apps/kk_pub2/pdf/945_0omSZ6GNZZ.pdf [2026-03-19]
- Lantmäteriet (u.å.). Min karta. [Karta]. <https://minkarta.lantmateriet.se/> [2026-03-10].
- Lantmäteriet (2026). Vasastaden SWEREFF 99 TM, RH 2000. Flygfoto [Kartografiskt material] <https://minkarta.lantmateriet.se/>

- Lantmäteriet (2026). Vasastaden SWEREFF 99 TM, RH 2000. Karta [Kartografiskt material] <https://minkarta.lantmateriet.se/>
- Li, J., Nordin, N.A. & Md Dali, M. (2025). Does small mean unimportant? A review of pocket park values and associated factors. *Open House International*, 50 (1), s. 98-117.
<https://www.sciencedirect.com/org/science/article/abs/pii/S0168260124000011>
- Lynch, K. (1959). *The image of the city*. The M.I.T. Press. https://www.cooldavis.org/wp-content/uploads/2022/03/THE_IMAGE_OF_THE_CITY_Kevin_Lynch.pdf [2026-03-04].
- Ma, G., Pellegrini, P. & Han, H. (2025). The vitality of pocket parks in high-density urban areas. An evaluation system from the users' perspective in Southwest China. *Urban Forestry & Urban Greening*, 104.
<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1618866724003947>
- Manner, K. (2007). Förebilder. I: Manner, K. Fickparken – liten yta, stora kvaliteter: med fokus på Karlstad. S. 21-51. Kap. 3. <https://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:831627/FULLTEXT02.pdf> [2026-03-10].
- Naturvårdsverket (2026). Grönplanering.
<https://www.naturvardsverket.se/amnesomraden/samhallsplanering/gronplanering/> [2026-03-21].
- Nordh, H. (2012). Planer för folkhälsa – en landskapsarkitekts perspektiv. *Socialmedicinsk tidskrift*, 89 (3), s. 217-224.
<https://publicera.kb.se/smt/article/view/43538/32657>.
- Nordh, H. & Østby, K. (2013). Pocket parks for people – a study of park design and use. *Urban Forestry & Urban Greening*, 12 (1), s. 12-17.
<https://doi.org/10.1016/j.ufug.2012.11.003>
- Nordh, H. Aamodt, G. & C.A Nordbø, E. (2024). Greater perceived access to green spaces near homes: Safer and more satisfied residents. *Journal of Environmental Psychology*, 96, s. 1-8 / 102332.
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0272494424001051>
- Pertoft, P. & Sandqvist, S. (2023). *Att bygga staden: Planera och utforma flerbostadshus och gårdar*. 1 Upplaga, Studentlitteratur.

- Peschardt, K.K., Schipperijn, J. & Stigsdotter, U.K. (2012). Use of Small Public Urban Green Spaces (SPUGS). *Urban Forestry & Urban Greening*, 11(3), s. 235–244. https://www.researchgate.net/publication/257668999_Use_of_small_public_urban_green_spaces_SPUGS
- Region Stockholm (2018). Regional utvecklingsplan för Stockholmsregionen RUF 2050: Europas mest attraktiva storstadsregion. Stockholm: Region Stockholm. <https://www.regionstockholm.se/4a88f4/siteassets/om-region-stockholm/om-region-stockholm/styrande-dokument/regional-utveckling/regional-utvecklingsplan-for-stockholm-ruf-2050.pdf> [2026-02-10].
- Region Stockholm (2025). Grönstruktur. <https://www.regionstockholm.se/regional-utveckling/regional-utvecklingsplanering/fysisk-regionplanering/gron--och-blastruktur/> [2026-03-10].
- Rosso, F., Ferrero, M., Leone, M. & Latini, G. (2022). Pocket parks towards more sustainable cities. Architectural, environmental, managerial and legal considerations towards an integrated framework: A case study in the Mediterranean region. *Environmental challenges*. 7, 100402. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2667010021003760>
- SCB (2026). Befolkningstäthet i Sverige. <https://www.scb.se/hitta-statistik/sverige-i-siffror/manniskorna-i-sverige/befolkningstathet-i-sverige/#:~:text=Sundbyberg%20%20den%20mest%20t%20befolkade,4%20400%20inv%20per%20kvadratkilometer.> [2026-03-21]
- Sveriges lantbruksuniversitet (2026). Landskapsarkitektur. <https://www.slu.se/om-slu/organisation/institutioner/stad-land/forskning/landskapsarkitektur/> [2026-03-19]
- Spacescape (2013). Stockholm stads utbyggnadspotential: En analys av 100k och översiktsplanens stadsutvecklingsstrategier. (130404). Stockholms stad: Spacescape AB. https://www.spacescape.se/wp-content/uploads/2015/05/projektrapport_bostadspotential_130404.pdf.
- Spacescape (u.å.). Närhetsanalyser. <https://www.spacescape.se/teori/sa-mater-vi-stad/narhetsanalyser/> [2026-03-10].

- Stockholms stad (2015). Parkplan Norrmalm: del 1: strategier för utveckling. Stockholm: Stockholms stad. <https://start.stockholm/globalassets/start/om-stockholms-stad/sa-arbetar-staden/natur-parker-och-gronomraden/parkplan-norrmalm---strategier-for-utveckling.pdf> [2026-03-06].
- Stockholms stad (2017). Grönare Stockholm: riktlinjer för planering, genomförande och förvaltning av stadens parker och naturområden. Stockholms stad: Stadsledningskontoret. <https://miljobarometern.stockholm.se/content/docs/mp19/planer/gronare-stockholm-2017.pdf>
- Stockholm stad (2009) Planbeskrivning. Detaljplan för del av Vasastaden 1:16 mm (Norra station) i stadsdelen Vasastaden i Stockholm. Dp 2009-02013-54. <https://etjanster.stockholm.se/Byggochplantjansten/gallandeplaner/gallandeplan?journalNumber=2009-02013>
- Stockholms stad (2025). Natur, parker och grönområden. <https://start.stockholm/om-stockholms-stad/sa-arbetar-staden/natur-parker-och-gronomraden/> [2026-02-05].
- Stockholms stad (2024a). Norra innerstadens stadsdelsområde. <https://vaxer.stockholm/omraden/norra-innerstadens-stadsdelsomrade/> [2026-03-06].
- Stockholms stad (2024b). Basområdeslistan årsrapport 2024. Stockholm: Sweco Sverige AB på uppdrag av Stockholms stads Stadsledningskontor. <https://start.stockholm/globalassets/start/om-stockholms-stad/utredningar-statistik-och-fakta/statistik/befolkning/basomradeslistan-2024.pdf> [2026-03-06].
- Stockholms stad (2026). Rörstrandsgatan blir gågata året om. <https://vaxer.stockholm/projekt/vasastan/rorstrandsgatan-blir-gagata-aret-om/> [2026-03-10].
- Stockholm stad (2023). Vasastan: En stadsdel i Norra innerstadens stadsdelsområde. <https://vaxer.stockholm/omraden/norra-innerstadens-stadsdelsomrade/vasastan/> [2026-03-19].
- Stockholms stad (u.å.). Bostäder. <https://vaxer.stockholm/tema/bostader/> [2026-03-01].
- Stockholms stadsmuseum (1973). Birkastaden Röda bergen Rörstrand: Byggnadsinventering 1973. Historiskt och byggnadshistoriskt register. Stockholm: Stockholms stadsmuseums stadsbyggnadsavdelning.

https://sklivedata.blob.core.windows.net/postfiles/KUL/SSM_Birkastaden,_Roda_Bergen,_Rorstrand__by_1974_00.pdf [2026-02-10].

Stockholms stadsmuseum (1987). Sydvästra Vasastaden: byggnadsinventering. Historiskt och byggnadshistoriskt register. Stockholm: Stockholms stadsmuseum.
https://sklivedata.blob.core.windows.net/postfiles/KUL/SSM_Sydvastra_Vasastaden_byggnadshistorisk_1987_00.pdf [2026-02-10].

Thompson, I. (2017). The role of theory I Brink, A. van den, Bruns, D., Tobi, H. & Bell, S. (red.) *Research in landscape architecture: methods and methodology* London: Taylor & Francis. 37-53.
<https://www.taylorfrancis.com/books/edit/10.4324/9781315396903/research-landscape-architecture-adri-van-den-brink-diedrich-bruns-hilde-tobi-simon-bell>

WHO (2017). Urban green spaces: A brief for action. World Health Organisation, Regional Office for Europe. s. 1-24.
https://www.dataplan.info/img_upload/5c84ed46aa0abfec4ac40610dde11285/who-urban-spaces.pdf. [2026-03-17]

Publicering och arkivering

Godkända självständiga arbeten (examensarbeten) vid SLU kan publiceras elektroniskt. Som student äger du upphovsrätten till ditt arbete och behöver i sådana fall godkänna publiceringen. I samband med att du godkänner publicering kommer SLU även att behandla dina personuppgifter (namn) för att göra arbetet sökbart på internet. Du kan närsomhelst återkalla ditt godkännande genom att kontakta biblioteket.

Även om du väljer att inte publicera arbetet eller återkallar ditt godkännande så kommer det arkiveras digitalt enligt arkivlagstiftningen.

Du hittar länkar till SLU:s publiceringsavtal och SLU:s behandling av personuppgifter och dina rättigheter på den här sidan:

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

JA, jag, Alma Konradsson har läst och godkänner avtalet för publicering samt den personuppgiftsbehandling som sker i samband med detta

JA, jag, Linnéa Rindås Martinsson har läst och godkänner avtalet för publicering samt den personuppgiftsbehandling som sker i samband med detta

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