

DOĞAL PEYZAJIN İNSANLARIN PSİKOLOJİK VE FİZİKSEL SAĞLIĞI ÜZERİNE ETKİLERİ

Halil ÖZGÜNER

SDÜ Orman Fakültesi, Peyzaj Mimarlığı Bölümü, 32260-Isparta
hozguner@orman.sdu.edu.tr

ÖZET

İnsanoğlunun doğa ile iç içe bulunmaktan psikolojik ve fiziksel sağlık açısından çeşitli faydalar elde ettiği inancı tarih boyunca sürekli ortaya atılan bir görüş olarak karşımıza çıkmaktadır. Yirminci Yüzyılda sürekli artan yaygın kentleşme ve doğal alanların özellikle kentlerden ve günlük yaşamdan kaybolması, doğal alanlara ve insan doğa ilişkileri konusuna ilgiyi arttırmış, bu konudaki bilimsel araştırmalar da son 30 yıl içinde önemli ölçüde gelişme göstermiştir. Bu çalışmada doğal alanların insanlar için değeri ile psikolojik ve fiziksel sağlık üzerine etkilerini konu alan araştırmalar ve sonuçları ortaya konulmaya çalışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Doğa, Doğal peyzaj, İnsan sağlığı

PSYCHOLOGICAL WELL BEING AND HEALTH BENEFITS DERIVED FROM CONTACT WITH NATURE

ABSTRACT

There has been a common belief through history that contact with nature is beneficial for human health and psychological well being. The explosive growth of urban areas and decline of nature in the 20th Century led an increasing alienation between people and natural world. This has prompted an increasing interest in natural areas, and research on the possible benefits of contact with nature steadily increased in the last three decades. This article reviews the studies on the effects of nature on human well being and health, and provides a critical discussion of their results.

Keywords: Nature, Natural landscape, Human health

1. GİRİŞ

Kent insanı için doğa ile iç içe yaşamının potansiyel faydaları çevre psikolojisi üzerinde çalışanlar tarafından araştırılmış ve birçok çevre literatüründe temel olarak doğa ile birlikteliğin insan psikolojisi üzerinde olumlu etkileri olduğu görüşü yaygın olarak kabul görmüştür. İnsanların

doğa ile direkt olarak iç içe olmaları (aktif kontak) yanında parktaki çiçekleri seyretme veya bir pencereden ağaçlara bakma gibi doğayı sadece görme yoluyla da (pasif kontak) ondan çeşitli faydalar elde ettikleri, hatta bu tür alanların yakında mevcut olduğunun ve istenildiğinde kullanılabilmesinin bilinmesinin bile insanlara çeşitli psikolojik faydalar sağladığı belirtilmektedir (Ulrich ve Parson, 1992).

Uzell (1991)'e göre çevre psikolojisi alanında insan ve doğa arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar iki temel alanda gelişmiştir. Bunlardan birinci gruptaki çalışmalar peyzaj alanında çalışan planlayıcı ve tasarımcılara yardımcı olmaya yönelik olarak insanların belirli bir peyzaj alanı konusundaki algı, anlayış ve tercihlerini ortaya koymaya çalışan kantitatif araştırmalardan oluşmaktadır. Diğer bir grup çalışma ise doğa ve peyzajın insanlar için ne ifade ettiğini anlamaya ve ortaya koymaya çalışmaktadır (Bkz. Harrison vd., 1987; Harrison ve Burgess, 1988; Burgess vd., 1988b).

2. DOĞAL ALANLARIN İNSANLAR İÇİN DEĞERİ

İnsanların gelir düzeyleri normal yaşam seviyesinin üzerine çıktığında evleri ve bahçeleri için çiçek ve bitkiler satın almaya başlaması ve doğa eksenli aktivite ve hobilerle uğraşmaları ve kendilerine bahçeli evler satın almaları insanların doğa ile iç içe olmaktan çeşitli faydalar elde ettiklerine dair herkes tarafından bilinen göstergelerdir (Beer, 1990). Bununla beraber bu konuda bilimsel kanıtlar ortaya koymaya çalışan araştırmalar da mevcuttur. Örneğin Amerika Birleşik Devletleri'nde yapılan araştırmalarda, turistler için çekici bulunan yerlerin çoğunun doğal alanlardan oluşması (Kaplan, 1992), yeşil alanlara ve parklara yakın evlerin daha değerli olması, bu tür mekanların daha az el değiştirmesi ve yeşil alanlardan yoksun yerlerdeki insanların yaşadıkları çevreden hoşlanmamaları (Gold, 1977), kent doğal alanlarının insanların için ne kadar önemli olduğuna kanıt olarak gösterilmiştir. Bu konunun belki de daha az göze çarpan bir yönü; doğa ile iç içe bulunmaktan kaynaklanan faydaların aktif katılıma bağlı olmadığıdır. Her ne kadar parkların ve yeşil alanların insanlar için önemi daha çok rekreasyonel ve sosyal aktivitelerle ilişkilendirilse de, insanların doğa ile görsel temele dayanan pasif ilişkilerden de önemli ölçüde psikolojik faydalar elde edebileceği belirtilmektedir (Ulrich ve Addoms, 1981).

Doğal alanların insan refahı ve mutluluğundaki önemli rolü iki tür pasif katılım içermektedir. Bunlardan birisi doğal alanları fark etme ve seyretme imkanı, diğeri de direk olarak görülmese ve kullanılsa bile bu tür alanların var olduğunun ve istenildiğinde görülebileceğinin bilinmesidir (Kaplan, 1980; Ulrich ve Addoms, 1981; Kaplan, 1992).

Stoneham vd. (1994) doğal alanların insanların yaşadıkları çevreyi sevmelerine katkıda bulunmaları, onlar için nostaljik değere sahip olmaları ve kent yaban hayatı için önemli bir kaynak oluşturmaları dolayısıyla 'mevcudiyet değeri'ne sahip olduğunu vurgulamakta dolayısıyla doğal alanlardan pasif olarak yararlanmanın insanların kişisel refahlarına önemli ölçüde katkıda bulunacağını dolaylı olarak da fiziksel sağlıklarını olumlu yönde etkileyeceğini belirtmektedirler. Bu yüzden doğal alanların insanlar için gerçek değeri, tespiti kolay olmayan ve kolaylıkla göz ardı edilebilen bir gerçek olarak karşımıza çıkmaktadır. Örneğin İngiltere'de yapılan bir araştırmada bir kent ormanının rekreasyonel anlamda kullanımının çok sınırlı olmasına rağmen etrafta yaşayan insanlar tarafından sürekliliğin bir sembolü olarak görüldüğü ve oldukça önemsendiği ortaya çıkmıştır (Tartaglia-Kershaw, 1982).

2.1. İnsanların Doğal Alanlara Karşı Davranışları

Son yıllarda kentlerde insanların doğal alanlara karşı davranışlarını araştıran birçok çalışma yapılmıştır. Lowe ve Goyder (1983)'in İngiltere'de gerçekleştirdikleri bir araştırmada, halkın kent yaban hayatı projelerine veya çevre koruma gruplarına katılmaktan çeşitli faydalar elde ettiklerini tespit edilmiştir. Mostyn (1979) doğa ile iç içe olmanın insanlar üzerindeki olumlu etkilerinin sebeplerini araştırmış ve insanların doğadan duygusal (ev ve iş ortamından uzaklaşma, yalnız kalma hissi, sessizlik ve sakinlik hissi), entelektüel (doğayı inceleme, çevredeki doğal alanların tarihini araştırma, yeni ve değişik yetenekler kazanma), sosyal (doğal alanlarda insanlar ile daha kolay tanışma ve ilişki kurma, bölgedeki diğer insanlarla toplum ruhu ve yerel doğal alanlar konusunda sorumluluk hissi geliştirme) ve fiziksel (temiz havada bulunma, kendini daha canlı hissetme, bitkileri koklama ve hissetme, kuş seslerini dinleme vb.) olarak faydalandıkları tespit edilmiştir. Hayward ve Weitzer (1984)'in Kanada'nın üç değişik kentinde gerçekleştirdikleri benzer bir araştırma parkların yanında yaşayan insanların bu alanları fiziksel aktiviteler, doğa ile iç içe olma, sosyal aktiviteler ve stresli kent ortamından uzaklaşma amacıyla kullandıklarını ortaya çıkarmıştır. Doğa ile iç içe olmanın etnik gruplar için ayrı bir önemi olduğu da başka bir araştırmada vurgulanmıştır (Wong, 1997).

Harrison vd. (1987)'nin doğal alanların kent insanının yaşamındaki rolünü değerlendirmeye yönelik gerçekleştirdikleri sosyal bir araştırma, insanların yaşayan doğa ile düzenli birliktelikten kaynaklanan ilham ve mutlulukla ilgili bir dizi sebepten dolayı doğayı önemsediklerini ortaya çıkarmıştır. Araştırma ayrıca insanların kentlerde yaban hayatının mevcudiyetini görmekten çok hoşlandıklarını ve kent doğal alanlarını kendilerini daha iyi bir dünyaya bağlayan bir kapı olarak algıladıklarını tespit etmiştir. İnsanların kentlerde yaban hayvanları ile karşılaşmaktan

hoşlandıkları ve kent parklarında gerçekleşen bu tür karşılaşmaların kişileri bu tür alanları daha sık kullanmaya teşvik ettiği Dick ve Hendee (1986) tarafından da vurgulanmıştır. Çeşitli bitkilerin ve hayvanların kendileri için çok uygun olmayan kent şartlarında yaşayabiliyor olmaları ve kentin merkezinde beklenilmedik bir şekilde insanların karşısına çıkmaları insanları çok şaşırtmakta ve aynı zamanda heyecanlandırmakta, dolayısıyla kent insanı farkında olmadan bu tür karşılaşmalardan psikolojik faydalar sağlamaktadır (Stoneham vd., 1994).

Diğer araştırmalar günlük yaşamda doğa ile birlikteliğin toplumun bütün kesimleri tarafından önemsendiğini, kendilerine çocukluk hatıralarını anımsattığını, insanların kendi evlerindeki bahçeleri de doğaya açılan bir kapı olarak gördükleri ve onlara çok değer verdiklerini ortaya koymuştur (Burgess vd., 1988a; 1998b). Çalışmalarda kent yeşil alanlarının sosyal kaynaşmayı teşvik edici boyutu ayrıca vurgulanmıştır. Benzer bir çalışma doğal alanların kent insanının dış mekan kullanımları üzerindeki etkilerini araştırmış ve bu tür alanların çocuklar için daha fazla oyun imkanı sağlama, daha yüksek düzeyde sosyal kaynaşma ortamı oluşturma ve komşular arasında daha güvenli ortam yaratma gibi önemli işlevleri olduğunu göstermiştir (Coley vd., 1997). Ev bahçelerinin kent insanı açısından değerini araştıran başka bir çalışma da insanların bahçelerini, kendilerine doğa ile birlikte olma imkanı vermesi, değişen mevsimleri hissetmelerini sağlaması ve kent ortamında kendilerine bir rahatlama imkanı vermesi gibi gerekçeler dolayısıyla oldukça önemsediklerini ortaya koymuştur (Dunnet ve Qasim, 1998).

3. DOĞA İLE BİRLİKTELİKTEN ELDE EDİLEN FAYDALAR

Doğa ile iç içe olmanın psikolojik yönden rahatlama yardımı olduğu ve şehir hayatının stresini azalttığı fikri şehirleşmenin başladığı dönemle birlikte ortaya çıkmıştır (Ulrich ve Parsons, 1992). Ünlü Amerikan peyzaj mimarı Frederick Law Olmsted kent ortamının stres yarattığını 100 yıl önce kabul etmiş ve doğa manzaralarının bu stresi azaltacağını ileri sürmüştür (Olmsted, 1865). Yine 19. Yüzyıl İngiltere'sinin şehir parkları, bunların insan sağlığına katkıları olabileceğini düşünen Viktorya dönemi reformistleri tarafından inşa edilmiştir (Kendle ve Rohde, 1995). 'Bahçe Şehirleri Hareketi'nin (The Garden City Movement) temeli de yine doğa ile insan refahı arasındaki olumlu ilişkiye dayanmaktadır (Stoneham, 1997).

Doğanın insan psikolojisi üzerindeki etkisinin daha bilimsel yöntemlerle açıklanmaya çalışılması ise nispeten daha geç başlamış, son 30 yıl içinde sosyal ve doğal bilimciler tarafından doğa ile iç içe olmanın insanların yaşam kalitelerini ve refahlarını niçin artırdığına dair birçok

değişik teoriler geliştirilmiştir (Altman ve Wohlwill, 1983; Kaplan ve Kaplan, 1989; Francis ve Hester, 1990). Pratik alanda da bahçe ve bitkilerle uğraşmanın tedavi edici yönü hortikütrürel terapi alanında çalışan profesyonel insanlar tarafından hastaneler, ilaç bağımlıları tedavi merkezleri, özürllülere yönelik okullar gibi çok geniş bir alanda kullanılmaya başlanmıştır (Lewis, 1990).

Çevre psikolojisi alanındaki araştırmaların birçoğu şehirleşmenin insanın ruhsal sağlığına etkilerini araştırmış (Parry-Jones, 1990) ve birçok psikolog ruhsal sağlıktan daha çok ruhsal hastalıklar üzerine yoğunlaştığından doğal alanların insan sağlığına olumlu etkileri konusundaki çalışmalar başlangıçta nispeten daha sınırlı kalmıştır (Rohde ve Kendle, 1997). Bununla beraber bu konudaki araştırmalar son yıllarda giderek artmış ve birçok araştırma doğanın insan sağlığındaki rolünü ortaya koymaya çalışmıştır.

Kent doğal alanlarının insanın psikolojik refahı üzerine etkisi konusunda gerçekleştirilen kapsamlı bir literatür araştırması bu konudaki araştırma kanıtlarını aşağıda verildiği üzere beş kategoride sınıflandırmıştır (Rohde ve Kendle, 1994). Buna göre kent doğal alanları insanlara psikolojik açıdan duygusal (stresi azaltıp mutluluğu artırarak), bilişsel (zihin yorgunluğunu azaltarak), gelişimsel (özellikle çocuklarda daha yüksek seviyede zihinsel aktiviteleri teşvik ederek) davranışsal (maceracı davranışları desteklemek suretiyle kişilerin kendine güvenini destekleyerek) ve sosyal (sosyal sınıflar arasındaki sınırları kaldırarak kişiler arası iletişimi ve kaynaşmayı destekleyerek) anlamda faydalar sağlamaktadır. Bu psikolojik durumlar ile fiziksel sağlık arasında da ilişkiler olabileceği ileri sürülmektedir. (Kendle ve Rohde, 1995). Her ne kadar bu alandaki araştırmalar insan ve doğa arasındaki ilişkileri tanımlamaktaysa da bunlar hala daha başlangıç aşamasında olup, doğaya karşı ilişkilerde kültürel, sosyal, kişilik ve yaş ile ilgili farklar hakkında çok fazla bilgi yoktur (Rohde ve Kendle, 1994).

3.1. Doğal Alanların İnsan Psikolojisine Etkileri Üzerine Araştırmalar

Doğanın insan psikolojisi üzerindeki olumlu etkileri üzerine araştırmalar son 30 yılda artan bir gelişme göstermiştir. Bu tür çalışmaların ilklerinden kabul edilen bir araştırma insanların evlerinin bahçelerinden elde ettikleri psikolojik faydaları araştırmıştır (Kaplan, 1973). Çalışma bahçede çalışma veya yürüme gibi aktif katılım, pencereden bahçeyi seyretme gibi pasif katılım ve bahçede çeşitli aktiviteler planlama gibi fikirsel katılım olmak üzere üç değişik psikolojik etki tanımlamış ve bahçelerinde çalışmanın kişilere kendilerini ifade imkanı sağladığının altını çizmiştir. Yine Lewis (1992) insanların bahçeleriyle kurdukları duygusal bağlara ve bahçelerinin mevsimi gelip

çiçekler açtığında gelip geçen yüzlerce kişi tarafından seyredilip beğenilmesinin bahçe sahibine sağladığı psikolojik faydalarına değinmiştir.

Görsel çevreye karşı fizyolojik tepkiler üzerine yapılan çalışmalar da yine doğal alanların yapılaşmış alanların tersine insanların duygusal durumları üzerine tamir edici etkilerde bulunduğunu göstermiştir. Çevre psikolojisi üzerine çalışan Roger Ulrich doğayı ve doğal manzaraları seyretmenin insanların psikolojik sağlığına olumlu etkileri olduğu hipotezinin geçerliliğini test etmek için bir dizi deney yapmıştır. Bunlardan ilkinde (Ulrich, 1979) görsel peyzajın final sınavından çıkmış stresli öğrencilerin duygusal durumları üzerindeki etkilerini araştırmıştır. Araştırma sonucunda doğa manzaraları seyreden öğrencilerin stresleri azalırken, yapılaşmış kent manzaraları seyreden öğrencilerin sınav çıkışındaki durumlarından daha stresli hale geldikleri gözlemlenmiştir. Honeyman (1990) daha sonra aynı çalışmayı kent ve doğa alanları karışımı bir kategori daha ekleyerek tekrar etmiş, sonuçlar doğa ile karışık kent manzaralarının doğadan yoksun kent manzaralarına göre daha çok iyileşme sağladığını göstermiştir. Doğa manzaraları seyretmenin etkileri Ulrich (1981) tarafından İsveç'te gerçekleştirilen başka bir çalışmayla tekrar araştırılmış ve doğal manzaraların psikolojik faydalarının stresli olmayan bireylerde de ortaya çıktığı tespit edilmiştir. Ulrich bu konu üzerindeki üçüncü araştırmasında (Ulrich vd., 1991) doğal manzaraları seyreden bireylerin fizyolojik ve psiko-fizyolojik tepkilerini (kalp atış hızı, kan basıncı, adale gerilimi, beyin dalgaları) ölçmüş, doğal manzaraları seyretmenin denekler üzerindeki gerilimi düşürdüğünü ve stresli durumdan iyileşmeyi hızlandığını kanıtlamış, stres ölçen değerler arasında da doğanın iyileştirici etkileri olduğu konusunda tam bir tutarlılık olduğunu göstermiştir.

Hartig vd. (1991) doğal alanlarda bulunmanın zihin yorgunluğundan kurtulmayı kolaylaştırdığına dair nispeten daha güçlü kanıtlar ortaya koymuştur. Doğa gezisine giden, kent içinde tatil yapan ve tatil yapmayan üç grup arasında bir karşılaştırma yapan araştırmada gruplardan bir okuma parçası üzerindeki yanlışları düzeltmeleri istenmiş ve sonuçta en iyi puanı doğa gezisine giden grup elde etmiştir. Üniversite yurdunda kalan öğrenciler arasında yapılan benzer bir araştırmada pencereleri doğal alanlara bakan öğrencilerin, bu tür manzaralardan yoksun odalarda kalan öğrencilere göre direkt dikkat konusunda daha güçlü bir kapasiteye sahip oldukları tespit edilmiştir (Tennessee ve Cimprich, 1995). Bu konu üzerine gerçekleştirilen başka bir çalışma ormanda kamp yapmanın kısa ve uzun vadede insan psikolojisi üzerine olumlu etkileri olduğunu göstermiş, kamptan dönen insanların yeşil çevre ve onun hissettirdiklerine karşı içlerinde sürekli bir istek kaldığını ortaya koymuştur (Kaplan ve Talbot, 1983).

3.2. Doğal Alanların İnsanların Fiziksel Sağlığına Etkileri Üzerine Araştırmalar

Son yıllarda gerçekleştirilen araştırmalar görsel çevre kalitesi ile insanların fiziksel sağlığı arasındaki ilişkiye dikkat çekmeye başlamıştır. Bu alanda yapılan birçok çalışma doğayı seyretmenin insanların fiziksel sağlığını olumlu yönde etkileyebileceğini göstermiştir. Her ne kadar bu tür ilişkilerdeki mekanizma spekülatif ise de bunlar muhtemelen stres ve bağışıklık sistemi arasındaki ilişkiye bağlanmaktadır. Bunların içinde en çok tartışılanı yine Ulrich (1984)'in Pennsylvania'daki bir hastanede safra kesesi ameliyatından çıkmış hastalar üzerinde gerçekleştirdiği bir araştırmadır. Aynı ameliyat sonrası iyileşme sürecindeki hastalardan pencereleri ormana bakan bir odada kalan hastalar, pencereleri hastanenin duvarına bakan bir odada kalan hastalara göre daha az ağrı kesici istemişler, geçirdikleri ameliyata karşı daha pozitif davranışlar sergilemişler, daha çabuk iyileşmiş ve taburcu olmuşlardır. Kaza veya bazı hastalıklar sonucu şiddetli sakatlığa maruz kalan hastalar arasında yapılan başka bir çalışma (Verderber, 1986) yine bu tür hastaların doğal alanlar veya ağaçlar içeren manzaraları diğerlerine tercih ettiklerini göstermiştir. Heerwagen (1990) bir diş kliniğinde sırasını bekleyen hastalar üzerindeki endişe ve huzursuzluk üzerine bir araştırma yapmış, bekleme odasındaki karşı duvarda büyük doğal bir manzara resmi asılı olduğu günün hastalarının duvarın boş olduğu günün hastalarına göre daha az stresli olduklarını çeşitli fizyolojik yöntemlerle ölçmüştür.

Görsel çevre kalitesi ile insanların fiziksel sağlığı arasındaki ilişkileri konu alan çalışma sonuçları, hapishanelerde gerçekleştirilen çalışmalarla da uyum içerisindedir. Örneğin, Moore (1982) bir araştırmasında hücrelerinin pencereleri doğaya bakan mahkumların hapishane stresi semptomları olarak kabul edilen sindirim sistemi hastalıklarına, baş ağrılarına ve diğer bazı rahatsızlıklara daha seyrek maruz kaldıklarını göstermiştir.

Doğanın insan psikolojisi ve dolayısıyla fiziksel sağlığı üzerindeki rolü çalışma ortamında da araştırılmıştır (Kaplan vd., 1988). Araştırmada çalıştıkları yerden ormanlar, ağaçlar, çiçekler vb. gibi doğal objeleri seyretme imkanı bulabilen insanların bu tür alanları görme imkanı bulunmayan yerde çalışanlara göre daha az iş stresi yaşadıkları, işlerinden daha çok memnun oldukları ve baş ağrısı ve diğer rahatsızlıklardan daha az şikayetçi oldukları tespit edilmiştir. Bir ofiste çalışanlarla ilgili yapılan başka bir araştırmada (Heerwagen ve Orians, 1986), dış çevreyi göremeyen denklemin kendi çalışma masalarını ve etrafını pencere kenarında oturanlara göre daha çok doğa manzaraları ile donattıkları görülmüştür.

4. SONUÇ

İnsan ve doğa arasındaki ilişki oldukça karmaşık olup doğanın stres azaltıcı ve insan sağlığını olumlu yönde etkileyici özelliklere sahip olmasının nedenleri kesin olarak bilinmemekle beraber bunlar genellikle insan gelişiminin ruhsal boyutu ile ilişkilendirilmektedir (Kendle ve Rohde, 1995). Ayrıca doğa ile iç içe bulunmaktan elde edilen faydalar sonucu gelinen olumlu yönde gelişmiş kişisel durumun, tedavi edici olmaktan daha çok önleyici etkileri olduğu görüşü de ileri sürülmektedir (Rohde ve Kendle, 1994). Her ne kadar toplumun büyük bir kısmının davranışları doğal çevrenin insanlar için çok önemli olduğunu ve kişilerin psikolojik refahına birçok yönden katkıda bulunabileceğini ortaya koyuyor ise de (Parry-Jones, 1990), konu üzerindeki araştırmalar ve spekülasyonlar hala devam etmektedir. İnsan – doğa ilişkilerinde ve özellikle insanların doğaya karşı davranışlarında kültürel, sosyal, yaş ve kişilik gibi değişkenlerin önemli yeri olduğu herkes tarafından kabul edilmekle beraber bu değişkenlerin ortaya koyduğu farklar konusunda henüz çok az şey bilinmektedir.

Doğanın insan sağlığı ve psikolojisi üzerine olumlu etkileri olduğu gerçeği, özellikle olması gerekenden çok daha az yeşil alan ile yetinmeye çalışan ülkemiz kent insanları için de geçerlidir. Ancak ülkemize özgü kültürel, sosyal ve ekonomik değişkenler açısından araştırıldığında insan-doğa ilişkilerinde literatürdekilerden daha farklı ve ilginç sonuçlar elde edilmesi muhtemeldir. Buna rağmen ülkemizde, özellikle kentlerde insan doğa ilişkileri üzerine gerçekleştirilen araştırmaların sayısı oldukça az olup, konu henüz peyzaj alanında araştırma yapan bilimsel çevrenin ilgisini yeterince çekememiştir. Bu konunun ülkemiz şartlarında araştırılması ve literatürde mevcut diğer bilgilerle karşılaştırılarak benzerliklerin ve farkların ortaya konulması, bilimsel açıdan doldurulması gereken bir boşluk olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu alanda yapılacak araştırmalar sonucu elde edilecek bilgilerin uygulamada peyzaj planlama, tasarım ve yönetim alanlarında çalışan profesyonel kesime de faydalı olacağı kuşkusuzdur.

KAYNAKLAR

- Altman, I., Wohlwill, J. F., 1983. Behaviour and the Natural Environment, Human Behavior and Environment: Advances in Theory and Research, Volume: 6, Plenum Press, New York.
- Beer, A. R., 1990. Environmental Planning for Site Development, E & FN Spon, London.

- Burgess, J., Harrison, C. M., Limb, M., 1988a. People, parks and the urban green: a study of popular meaning and values for open spaces in the city. *Urban Studies*, 25: 455-473.
- Burgess, J., Limb, M., Harrison, C. M., 1988b. Exploring environmental values through the medium of small groups. *Environment and Planning, A* 20: 309-326.
- Coley, R. L., Kuo, F. E., Sullivan, W. C., 1997. Where does community grow? The social context created by nature in urban public housing. *Environment and Behaviour*, 29(4): 468-494.
- Dick, R. E., Hendee J. C., 1986. Human responses to encounters with wildlife in urban parks. *Leisure Sciences*, 8(1): 63-77.
- Dunnet, N., Qasim, M., 1998. The role and value to human well-being of 'popular gardens' in cities. In: Stoneham, J. and Kendle, A. D. (Eds), *Plants and Human Well-being. Proceedings of a conference held at the University of Reading, 18-19 September 1996*, Sensory Trust, UK, pp. 31-39.
- Francis, M., Hester, R. T., 1990. *The Meaning of Gardens, Idea, Place and Action*. The MIT Press, Cambridge.
- Gold, S. M., 1977. Social benefits of trees in urban environments. *International Journal of Environmental Studies*, 10: 85-90.
- Harrison, C., Burgess, J., 1988. Qualitative research and open space policy. *The Planner*, November 1988, pp. 16-18.
- Harrison, C., Limb, M., Burgess, J., 1987. Nature in the city - popular values for a living world. *Journal of Environmental Management*, 25: 347-362.
- Hartig, T., Mang, M., Evans, G. W., 1991. Restorative effects of natural environment experiences. *Environment and Behavior*, 23(1): 3-26.
- Hayward, D. G., Weitzer, W. H., 1984. The public image of urban parks: Past amenity, present ambivalence, uncertain future. *Urban Ecology*, 8: 243-268.
- Heerwagen, J. H., Orians, G. H., 1986. Adaptations to windowless: A study of the use of visual decor in windowed and windowless offices. *Environment and Behavior*, 18: 623-639.
- Heerwagen, J. H., 1990. Psychological aspects of windows and window design. In: R. I. Selby, K. H. Anthony, J. Choi, & B. Orland (Eds). *Proceedings of the 21st Annual Conference of the Environmental Design Research Association*, Oklahoma City: EDRA, pp. 269-280.
- Honeyman, M., 1990. Vegetation and stress: A comparison study of varying amounts of vegetation in countryside and urban scenes. In: D. Relf (Eds), *The Role of Horticulture in Human Well-Being and Social Development*, Timber Press, Oregon.
- Kaplan, R., 1973. Some psychological benefits of gardening. *Environment and Behavior*, 5(2): 145-152.

- Kaplan, R., 1980. Citizen participation in the design and evaluation of a park. *Environment and Behavior*, 5: 145-162.
- Kaplan, R., 1992. The psychological benefits of nearby nature. In: D. Relf (Ed), *The Role of Horticulture in Human Well-Being and Social Development*, Timber Press, Oregon, pp. 125-133.
- Kaplan, R., Kaplan, S., 1989. *The Experience of Nature: A Psychological Perspective*. Cambridge University Press, New York.
- Kaplan, S., Talbot, J. F., 1983. Psychological benefits of a wilderness experience. In: I. Altman and J. F. Wohlwill (Eds), *Behaviour and the Natural Environment, Human Behavior and Environment: Advances in Theory and Research, Volume:6*, Plenum Press, New York, pp.163-203.
- Kaplan, S., Talbot, J. F., Kaplan, R., 1988. Coping with daily hassles: The impact of nearby nature on the work environment. Project Report. U.S. Dept. Agr. For. Serv., North Central For. Expt. Sta., Urban For. Unit Coop. Agreement 23-85-08.
- Kendle, A. D., Rohde, C. R. E., 1995. Relative importance of uncontrolled and ordered nature for people in urban areas. In: J. De Waal (Ed), *Ecological Aspect of Green Areas in Urban Environments, Proceedings of the 1995 IFPRA World Conference, Vereniging Voor Openbaar Groen, Bruge*, 5.55-58.
- Lewis, C. A., 1990. Gardening as healing process. In: M. Francis and R. T. Hester (Eds), *The Meaning of Gardens: Idea, Place, and Action*, The MIT Press, Cambridge, pp. 244-251.
- Lewis, C. A., 1992. Effects of plants and gardening in creating interpersonal and community well-being. In: D. Relf (Ed), *The Role of Horticulture in Human Well-Being and Social Development*, Timber Press, Oregon, pp. 55-65.
- Lowe, P. D., Goyder, J. M., 1983. *Environmental Groups in Politics*. Allen and Unwin, London.
- Moore, E. O., 1982. A prison environment's effect on health care service demands. *Journal of Environmental Systems*, 11: 17-34.
- Mostyn, B., 1979. Personal benefits and satisfactions derived from participation. In: *Urban Wildlife Projects: A Qualitative Evaluation*, Nature Conservancy Council, London.
- Olmsted, F. L., 1865. The value and care of parks. Report to the Congress of the State of California (Reprinted in *Landscape Architecture*, 17: 20-23).
- Parry-Jones, W. L. I., 1990. Natural landscape, psychological well-being and mental health. *Landscape Research*, 15(2): 7-11.
- Rohde, C. L. E., Kendle, A. D., 1994 *Human well being, natural landscapes and wildlife in urban areas*. English Nature Science Publications, No: 22, English Nature, Peterborough.

- Rohde, C. L. E., Kendle, A. D., 1997. Nature for people. In: Kendle, A. D. and Forbes, S. J. (Eds), *Urban Nature Conservation: Landscape Management in the Urban Countryside*, E & FN Spon, London.
- Stoneham, J. A., 1997. Health benefits: Is contact with nature beneficial for people with special needs? *Landscape Design*, February 1997, pp. 23-26.
- Stoneham, J. A., Kendle, A. D., Thoday, P. R., 1994. Horticultural therapy: Horticulture's contribution to the quality of life of disabled people. In: Matsuo, E. and Relf, P. D. (Eds), *Horticulture in Human Life, Culture, and Environment*, 24th International Horticultural Congress, Kyoto, Japan, pp. 65-75.
- Tartaglia-Kershaw, M., 1982. The recreational and aesthetic significance of urban woodland. *Landscape Research*, 7(3): 22-25.
- Tennessen, C. M., Cimprich, B., 1995. Views to nature: Effects on attention. *Environmental Psychology*, 15: 77-85.
- Ulrich, R. S., 1979. Visual landscapes and psychological well being. *Landscape Research*, 4(1): 17-23.
- Ulrich, R. S., 1981. Natural versus urban scenes: Some psychological effects. *Environment and Behaviour*, 13(5): 523-556.
- Ulrich, R. S., 1984. View through a window may influence recovery from surgery. *Science*, 224: 420-421.
- Ulrich, R. S., Addoms, D. L., 1981. Psychological and recreational benefits of a residential park. *Journal of Leisure Research*, 13: 43-65.
- Ulrich, R. S., Parsons R., 1992. Influences of passive experiences with plants on individual well-being and health. In: D. Relf (Ed), *The Role of Horticulture in Human Well-Being and Social Development*, Timber Press, Oregon, pp. 93-105.
- Ulrich, R. S., Simons, R. F., Losito, B. D., Fiorito, E., Miles, M. A., Zelson, M., 1991. Stress recovery during exposure to natural and urban environments. *Environmental Psychology*, 11: 201-230.
- Uzell, D. L., 1991. Environmental psychological perspectives on landscape. *Landscape Research*, 16(1): 3-10.
- Verderber, S., 1986. Dimensions of person-window transactions in the hospital environment. *Environment and Behavior*, 18: 450-466.
- Wong, J. L., 1997. Cultural and social values of plants and landscapes for ethnic communities. In: J. A. Stoneham, and A. D. Kendle (Eds), *Plants and Human Well-being*, Proceedings of a conference held at the University of Reading, 18-19 September 1996, Sensory Trust, UK, pp. 23-30.