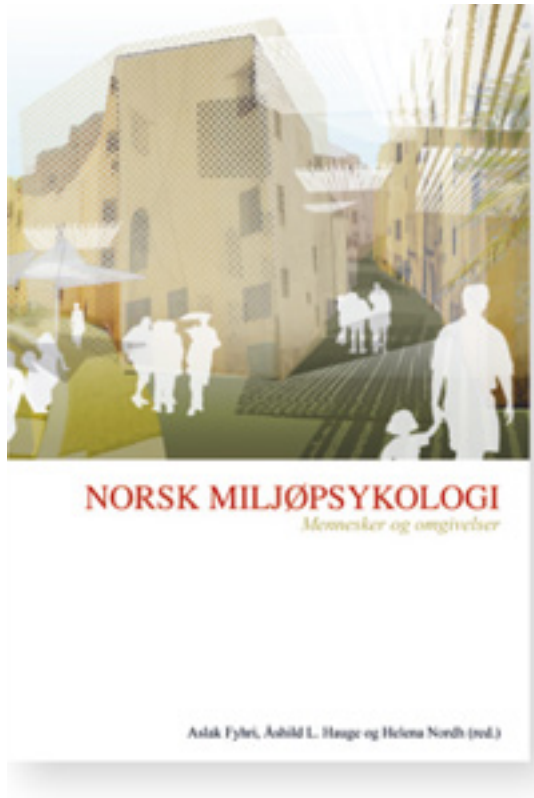


Aslak Fyhri, Åshild L. Hauge og Helena Nordh (red.):

Norsk miljøpsykologi – mennesker og omgivelser



Miljøpsykologi er et ungt, tverrfaglig felt på rask fremmarsj. Nå har det fått sin første innføringsbok på norsk.



Sintef akademisk forlag, 2012. 400 sider

Hvordan berøres vi av omgivelsene rundt oss, og hvordan kan vi påvirke miljøbetingelsene våre? Dette er grunnleggende spørsmål i miljøpsykologi, studiet av det gjensidige samspillet mellom mennesker og fysiske omgivelser.

Boken vil med stor sannsynlighet øke interessen for dette dynamiske fagfeltet

Faglig bredde

Hele 23 fagpersoner har bidratt. Leseren får oversikt over både fag og fagmiljøer. Tematisk er boken delt i fire deler – bygget, byen, landskapet og verden. Inndelingen tydeliggjør miljøpsykologiens relevans for store deler av psykologien og for utformingen av samfunnet. Kapitlene gir smakebiter på aktuelle problemstillinger: Hva kan få oss til å oppføre oss mer miljøvennlig? Hva er det ved kjernekraft som gjør den så skummel? Kan hagearbeid hjelpe mot depresjon? Hva gjør støy med oss? Hvordan bør arbeidsplasser og helseinstitusjoner utformes?

Flere forfattere presenterer egne forskningsprosjekter.

I kapitlet «Boligen som bidrag til økt livskvalitet og positiv identitet hos vanskeligstilte» beskriver Åshild L. Hauge og Eva Magnus to kasusstudier av botiltak for personer med rusavhengighet. Ingen ville bo i det ene bygget før det ble rehabilitert; etterpå oppsto det ventelister. Da en annen gruppe

flyttet inn i et spesielt vakkert nybygg, meldte sosionarbeiderne om et skifte i beboernes omsorg for omgivelsene. En av beboerne sier: «Denne bygningen inspirerer deg til å ta vare på den.»



Lav puls i Fredrikstad

Fysisk aktivitetsnivå faller dramatisk når man går på ungdomsskolen. I kapitlet «Utemiljø i byen» beskriver Helena Nordh og Kine Halvorsen Thorén en studie av hvordan bylandskap i Fredrikstad påvirker ungdommers fysiske aktivitet. Deltakerne ble utstyrt med GPS og hjerterefrekvensmåleutstyr. Aktivitetsnivået ble fulgt i friminutter og på ettermiddagen fra de forlot skolen til klokken 22. Bare 17 prosent av deltakerne nådde myndighetenes anbefaling om en puls på over 140 slag i minuttet i en time per dag. Å komme seg rundt til lokale møteplasser så ut til å utgjøre den viktigste delen av den fysiske aktiviteten.

Gang på gang minnes leseren om hvor viktig de fysiske omgivelsene er for mennesker. Erfarne fagutøvere vil kunne få aha-opplevelser; studenter vil trolig finne ideer til bachelor-, master- og hovedoppgaven – og navn på potensielle veiledere. Utgivelsen er godt timet med oppstarten av et splitter nytt masterstudium i anvendt miljøpsykologi ved Høgskolen i Lillehammer. At det nå er kommet en første innføringsbok i miljøpsykologi på norsk, er en betydelig milepæl. Boken vil med stor sannsynlighet øke interessen for dette dynamiske fagfeltet.

Pål Johan Karlsen, redaktør i psykologisk.no, forfatter og foreleser ved Universitetet i Tromsø