

Integrál Akadémia

1034 Budapest, Pacsirtamező u. 42-44.

## SZAKDOLGOZAT

# **Egy városi köztér vizsgálata integrál szemléletben**

Készítette: Lohász Cecília

Integrál Pszichológia szak, 2012-es évfolyam

[cili.lohasz@gmail.com](mailto:cili.lohasz@gmail.com)

Konzulens: Dr. Ijjas Flóra

2016.

# I. TARTALOMJEGYZÉK

<b>I. TARTALOMJEGYZÉK.....</b>	<b>2</b>
Köszönetnyilvánítás.....	3
<b>II. BEVEZETŐ.....</b>	<b>4</b>
<b>III. AZ INTEGRÁL PSZICHOLÓGIA ÖT ÁGA.....</b>	<b>5</b>
Kvadránsok .....	6
Wilberi szintek, tudatszintek.....	8
Fejlődésvonalak, pszichográf.....	17
Tudatállapotok.....	19
Enneagram.....	21
<b>IV. INTEGRÁL SZEMLÉLET a VÁROSI KÖZÖSSÉGEKBEN.....</b>	<b>23</b>
Város és közösség a négy kvadránsban és a wilberi szinteken.....	28
<b>V. A VALYO-PART VIZSGÁLATA.....</b>	<b>36</b>
Előzmények - A Város és a folyó csoport és a Duna-part jelenlegi állapota .....	36
A vizsgált terület - Valyo Part.....	44
Hipotézisek.....	45
Kutatási módszertan.....	45
Eredmények.....	46
Következtetések .....	66
<b>VI. IRODALOMJEGYZÉK .....</b>	<b>69</b>
<b>VII. ÁBRAJEGYZÉK .....</b>	<b>71</b>
<b>VIII. MELLÉKLETEK.....</b>	<b>73</b>

## Köszönetnyilvánítás

Szeretnék köszönetet mondani

a Valyo tagjainak: Tömör Miklósnak, Varga Dávidnak, Lóczi Violának, Szöllőssy Baláznak, Kukucska Gergelynek, Vekerdy Panninak, Fatér Annának, Borbíró Andreának, Király Zsuzsinak, Nagy Marcusnak, Dér Asiának, Péter Benjaminsnak és Tillmann Hannának,

Kun Zsuzsannának, az SPSS programban való segítségéért,

Jelinek Csabának és Juhász Juditnak a városkutatásról szóló észrevételeikért,

Angela Halvorsen Bogo-nak az Integral City könyvéért,

az Integrál Akadémiának,

Pfenninberger Ádámnak, hogy beiratkoztunk az Integrál Akadémiára,

Dr. Ijjas Flórának, a konzulensemnek,

munkatársaimnak, szüleimnek, Végh Panninak és Sőregi Vikinek.

## II. BEVEZETŐ

Hat évvel ezelőtt néhány barátommal kitaláltuk, hogy csináljunk valamit Budapesten, mert lehetne jobb is ez a város. Ebből született a Valyo, Város és Folyó csoport. Budapest közepén folyik a Duna, a rakpartjai kihasználatlanok, némi felháborodásból született az ötlet, hogy kezdjünk el foglalkozni a belvárosi rakpartokkal. Ebből a kezdeményezésből született a két nyáron át működő Valyo part a Lánchíd tövében, ahol egy olyan helyszínt alakítottunk ki, amilyen irányba szerintünk a rakpartoknak fejlődnie kellene Budapesten. A szakdolgozatom témájának tehát ezt a közteret, a Valyo partot választottam. Hat évvel ezelőtt intuícióból fogtunk bele a Valyóba, és miközben tanultam az Integrál Akadémián az integrál szemléletről, sokat gondolkoztam azon: hogyan is érhető tetten a valóságban az integrál szemlélet, hogyan lehet azt hétköznapi dolgokban is alkalmazni? Mi mindent kell figyelembe venni egy köztér tervezésénél (az utcán vagy egy téren, ahol járok), ha nemcsak az infrastruktúrára, és a formákra koncentrálunk, hanem a tereket használó embereket, akár azok tudatfejlődését is figyelembe vesszük? Mitől működik egy köztér, egy közösség, hogyan ágyazhatjuk be a tereket, az egyes városrészeket a tágabb ökológiai kontextusukba? Miért undorodtam a Kálvin téri aluljárótól, és miért éreztem magamat szabadnak a Valyo parton?

Dolgozatomban az integrál-elméleti bevezető után, elsősorban Marylin Hamilton *Integral City* című könyvére - amit Angela Halvorsen Bogo-tól, Norvégiában élő bohóctól kaptam egyik nap meglepetésként a postaládámba – alapozva gyűjtöttem össze, hogy hogyan kezdjünk egyáltalán bele egy köztér integrál értelmezésébe. Ezután az online kérdőíves kutatás eredményeit mutatom be, ahol arra kerestem választ, hogy mire asszociálnak az emberek a Dunáról és a rakpartokról, mire szeretnék használni a rakpartokat, és vajon a Valyo parton, kicsiben megvalósult közösségi helyszínen mennyire tudtunk integrál módon működni? Annyit előljáróban elárulhatok, hogy akik jártak a Valyo parton, azok kimutathatóan pozitívabb dolgokra asszociáltak a Dunáról és a rakpartokról is, mint azok, akik nem jártak.

### III. AZ INTEGRÁL PSZICHOLÓGIA ÖT ÁGA

Integrál szemlélet

„Az» integrál «szó jelentése: átfogó, magába foglaló, nem kirekesztő, felölelő. Bármely terület integrál megközelítése pontosan erre is törekszik: annyi szemszög, stílus és módszertan felölelésére, amennyit csak lehetséges, miközben a téma koherens szemléletére törekszünk. Bizonyos értelemben az integrált megközelítések »metaparadigmák«, vagyis segítenek összehozni számos, már létező paradigmát, így ezek a megközelítések hálózatszerűen összekapcsolódnak és kölcsönösen megtermékenyítik egymást.” (Sean Esbjorn-Hargens)

*Ken Wilber*

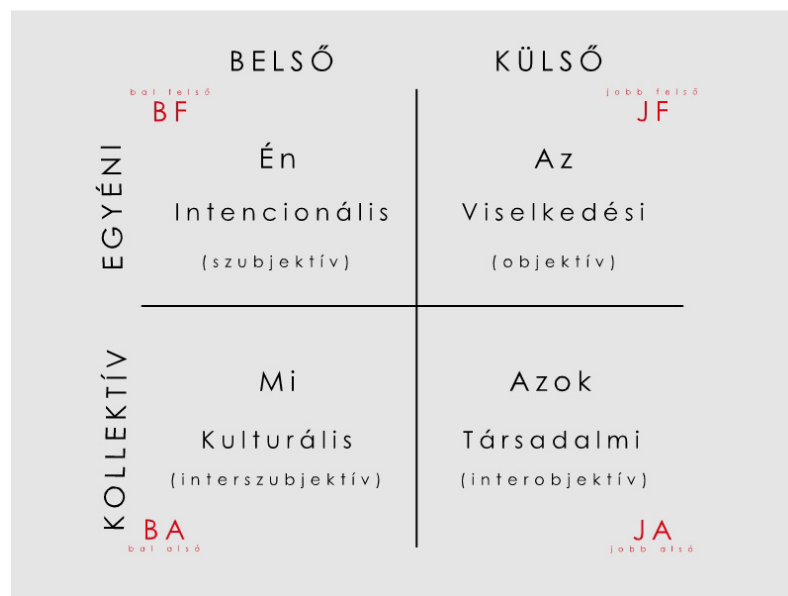
Az integrál elméletet Sir Aurbido és Jean Gebser dolgozta ki munkáiban, és Ken Wilber amerikai filozófus a legismertebb terjesztője. Wilber 1977-ben adta ki első, a *The Spectrum of Consciousness (A tudat spektruma)* című művét. Ez a könyv a legnagyobb lélektani iskolákat foglalja rendszerbe és helyezi el egy fejlődési vonal mentén. Az ezt követező harminc évben Wilber számos könyvben foglalta össze következtetéseit a kulturális antropológia, a filozófia, a vallásszociológia, a fizika, az egészségügy, a környezetvédelem, a tudomány és a vallás, valamint a posztmodernizmus témaköreiben. Wilber először 1995-ben utalt az „integrál” szóval a saját megközelítésére, a *Sex, Ecology, Spirituality* című könyve kiadása után.

Az integrál elmélet lényege, hogy a premodern, modern és posztmodern valóságot, mindent, amit a világról tudunk, amiről eddig tapasztalatot gyűjtött az emberiség, egységes keretbe helyez. Az elmélet kidolgozását a transzperszonális pszichológia inspirálta, amiben a nyugati és nem-nyugati tudatértelmezéseket szintetizálták.

Wilber legfontosabb és leggyakrabban alkalmazott modellje a kvadránsok, melyet AQAL (ejtsd: akval) néven is emlegetnek, és mely rövidítés angol eredetije az „all quadrants, all levels, all lines, all states and all types” (minden kvadráns, minden szint, minden vonal, minden állapot és minden típus). Ez az öt elem a valóság legalapvetőbb ismétlődő mintázatai közé tartozik, ezért használatuk jól „lefedti az alapokat”, és biztosítja, hogy ne hagyjunk ki semmi fontosat, amikor megvizsgálunk egy problémát, vagy témát. (Sean Esbjorn-Hargens)

## Kvadránsok

Az integrál elmélet szerint négy (szubjektív, interszubjektív, objektív és interobjektív) nézőpont létezik, amelyeket számításba kell vennünk, amikor a valóság bármely aspektusát meg akarjuk érteni. A kvadránsok azt fejezik ki, hogy mindent legalább két oldalról közelíthetünk meg: 1.) belső vagy külső és 2.) egyes vagy többes számú szemszögből. Az ebből a mátrixból keletkező négy kvadráns a valóság négy dimenzióját képviseli, amelyek minden egyes pillanatban jelen vannak. Minden egyénnek van szubjektív tapasztalata és szándéka (ez a belső), és van megfigyelhető viselkedése és élettani folyamatai (ez a külső). Az egyén nem értelmezhető önmagában, így megjelenik a társas aspektus is. A csoportok belső oldalát általában interszubjektív kulturális valóságnak nevezzük, míg a külső oldalukat ökológiai és szociális rendszereknek, amelyek az interobjektív dinamika alapján szerveződnek. A négy dimenziót négy névmás fejezi ki: „én”, „mi”, „az” és „azok”. Az „én” képviseli a bal felső (BF) belső egyéni, a „mi” a bal alsó (BA) belső közös, az „az” a jobb felső (JF) egyéni külső, az „azok” pedig a bal alsó (JA) közös külső negyedet (1. ábra).



1. ábra: Négy kvadráns<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Forrás: <http://integralgondolkodo.com/integral-szemlelet/bevezetes-az-integral-elmeletbe/>

Mindkét baloldali negyed a szubjektivitás, mindkettő jobboldalit pedig az objektivitás jellemzi. A négy negyedre szoktak úgy is utalni, mint szubjektivitás (BF), interszubjektivitás (BA) és objektivitás (JF és JA). A valóság e három területét Wilber a „nagy hármasként” is emlegeti (Én, Mi, Az/Ők), de ugyanúgy hívhatjuk őket esztétikának, erkölcsnek és tudománynak, esetleg tudatnak, kultúrának és természetnek. Többen felismerték a nyugati filozófia története során, hogy e három területet nem lehet további részekre bontani: Platón az igazság, a jóság és a szépség ideájával, Immanuel Kant három kritikája a tiszta észre, az ítélőerőre és a gyakorlati észre irányult, Jürgen Habermas pedig három érvényességi kritériumot emleget: objektív igazság, szubjektív őszinteség és interszubjektív igazságosság (2. ábra).



2. ábra: A nagy hármás<sup>2</sup>

Az integrál elmélet azt hirdeti, hogy a valóság egyik szeletét sem tudjuk megérteni, ha egy másik lencsén át vizsgáljuk. Minden egyes kvadráns a többivel egy időben alakul ki és egyidejűleg van jelen. Wilber amellet is kiáll, hogy egyik kvadránst sem szabad valamelyik másira redukálni, például az általa *flatland*-nek, „lapos világ”-nak nevezett jelenségnél szoktuk ezt tenni, amikor a belső dolgokat a külső megfelelőikre akarjuk redukálni: a természeti világ rendszerelvű megközelítéseiben, amikor figyelmen kívül hagyjuk az első és második személyben átélt élményeket.

<sup>2</sup> Forrás: <http://integralgondolkodo.com/integral-szemlelet/bevezetes-az-integral-elmeletbe/>

Az egyént a kvadránsok középpontjába állíthatjuk. Ebben az esetben a középpontból kiinduló egyenesek az egyén különböző valóságait mutatják, melyet a tudat észlelni képes. A négy különböző szemponton keresztül a valóság négy különböző szegmensét éli meg az egyén: az élményalapú (BF), a viselkedéses (JF), a kulturális (BA) és a szociális (JA) valóságdimenziókat. Ez azért fontos és hasznos, mert minél több „csatornája” van az egyénnek nyitva, annál több információt szerez meg a környező világról, s képes értelmesen érezni és cselekedni. A kvadránsok középpontjába állíthatunk egy jelenséget is. Ilyenkor a kvadránsokban a különböző módszertanok jelennek meg, amelyet a különböző szakterületek tudnak használni a jelenség feltárására. A 3. ábra a négy kvadráns fő állításai láthatóak, alatta pedig azok a területek, melyet általában vizsgál az egyes jelenségek esetében. A négyzetek alján található alsó két példa a városra bontja le, a jelenségek manifesztációját - ezt egy cseresznyafa példáján keresztül konkrétan is bemutatja.

### Wilber szintek, tudatszintek

Minden egyes kvadránsban vannak fejlődési szintek (4. ábra). A baloldali negyedekben vannak a *mélyégi* szintek, a külső, jobboldali negyedekben pedig a *komplexitási* szintek. Minden kvadráns szintjei együtt járnak a többi kvadráns szintjeivel.

Azért fontos a szintek jelzése, mert ezek teszik lehetővé, hogy jobban felmérjük, és jobban bánjunk azokkal a valóságokkal, amelyeket az egyes kvadránsok feltárnak. Az egyes kvadránsok szintjei olyan hierarchiát jelentenek, amelyben minden új szint meghaladja a korábbi szintek korlátait, de magába foglalja ezeknek a szinteknek a legfontosabb aspektusait.

Ezek alapján rendezte Wilber a létramodellben a tudatfejlődés 10 szintjét (5. ábra). A fejlődés szintjeit három fő szakaszra osztjuk:

Preperszonális: 0-2. szintek, ahol még nem fejlődött ki az egó.

Perszonális: 3-6. szintek, az egó működésének tere.

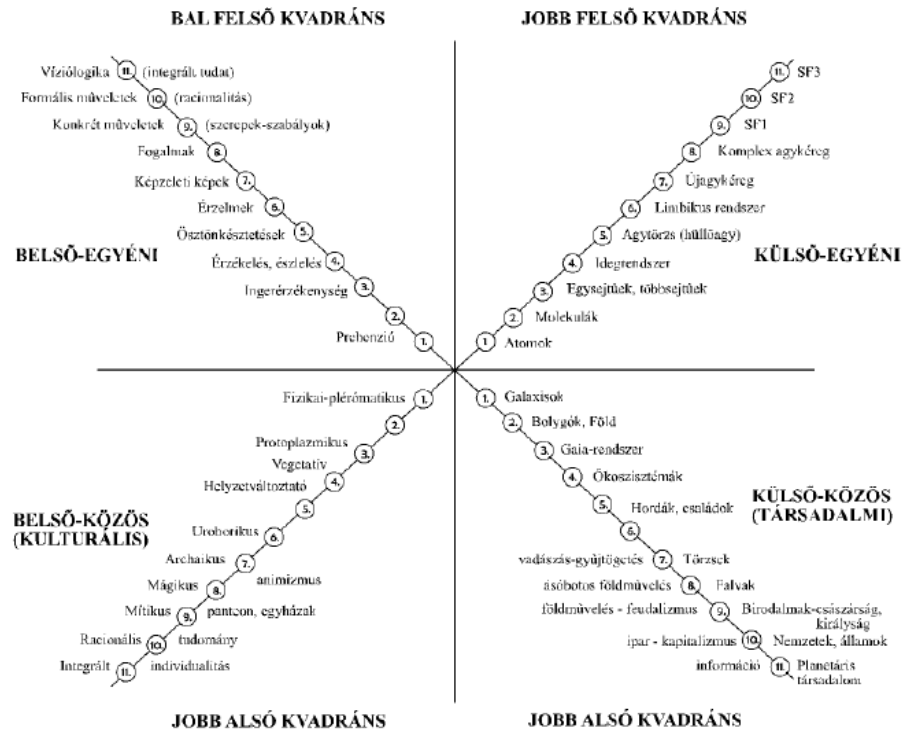
Transzperszonális: 7-10. szintek, az egón túli tudatszintek.



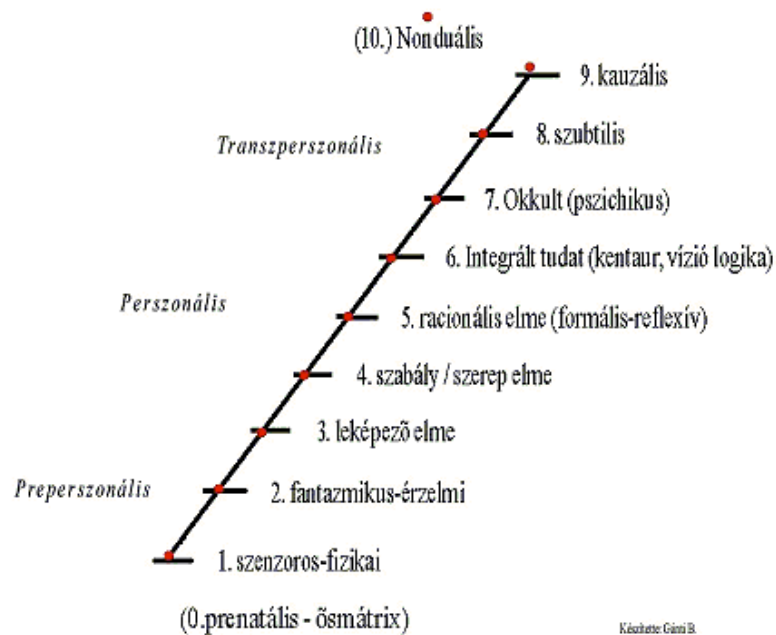
	belső	külső
egyéni	<p>Tudatosság „Amit én tapasztalok”</p> <p>Vizsgált területek: Szubjektív valóságok, szelf és tudatosság, tudatállapotok, pszichológiai fejlődés, mentális modellek, érzelmek, akarat</p> <p>az élet szépsége (modern városokban rejtett)</p> <p>a város pszichológiai valósága, a szubjektív élmények sokasága</p> <p>cseresznyefa látványa okozta érzések: inspiráló, felemelő érzés</p>	<p>Viselkedés „Amit én csinállok”</p> <p>Vizsgált területek: Objektív valóságok, agy és szervek, látható biológia tulajdonságok, a különböző megtestesült biológiai rendszerek aktivitási szintjei</p> <p>az élet igazsága</p> <p>tevékenységek az életben, ami a fizikai túlélést támogatja (víz, étel, hulladékkezelés, lakhatás, öltözködés)</p> <p>a cseresznyefa által keltődött fizikai érzetek: szél hangja a leveleknél, az illata, a gyümölcs íze</p>
kollektív	<p>Kultúra „Amit mi tapasztalunk”</p> <p>Vizsgált területek: interszubjektív valóságok, közösen vallott értékek, kultúra és világnézetek, kultúrák hálózata, kommunikáció, kapcsolatok, normák, határok, szokások</p> <p>az élet jósága, morális minőségek</p> <p>a történetek, amiket egymásnak mesélünk, mi az, amit nagyobb embercsoport jónak vagy rossznak, szépnek vagy rondának tart, a város kulturális valósága, a közös tapasztalat</p> <p>a cseresznyefa által okozott kollektív hatás: csökken a stressz a városlakókban, ha cseresznyefák között sétálnak</p>	<p>Rendszerek „Amit mi csinálunk”</p> <p>Vizsgált területek: interobjektív valóságok, társadalmi rendszerek és a környezet, látható társadalmi struktúrák, gazdasági rendszerek, politikai berendezkedés, természeti erőforrásokkal való gazdálkodás</p> <p>az igazság, ami a materiális rendszerekből alakul ki</p> <p>rendszerek, melyek megoldják az élelmezést, a hulladékgazdálkodást, lakóépületeket építenek, és ruhákat gyártanak: a város társadalmi valósága</p> <p>a cseresznyefa életét lehetővé tévő, ültetést, öntözést működtető rendszerek</p>

3. ábra Az integrál fenntartható fejlődés AQAL modellje, és a városi jelenségek a négy kvadránsban, és egy városi cseresznyefa példáján keresztül <sup>3</sup> Barrett Brown, 2005, p 11 és Hamilton, 2008, pp 60-65

<sup>3</sup> Forrás: <http://www.pelicanweb.org/solisustv05n05page1.html>, (Barrett Brown, 2005, p. 11)



4. ábra: Holarchia, evolúció az egyes kvadránsokban. Forrás: (Wilber, 2003, p 83), készítette: Gánti Bence



5. ábra: Tudatfejlődési szintek. Forrás: (Gánti, 2009)

0. szint: pre-, perinatális szint – születés előtti és körüli

A születés előtti, prenatális, magzati kor és a születés szintje. A magzat a fogantatásától kezdve szimbiózisban él az anyával, majd a születés folyamán válik az anyaméhtől és az anyától független, önálló lényé. A 0. szintet a prenatális (születés előtti) illetve perinatális (születés körüli) pszichológia kutatja, mely rávilágít, hogy a magzat már a méhen belül is érez, kommunikál, tanul, emlékezik, vagyis tapasztal. A méhen belüli korszak élményvilágát Stanislav Grof kutatta, az 1970-es években dokumentált LSD-kísérletekkel, majd később az általa kifejlesztett holotróp légzés segítségével nyert hozzáférést a születés előtti és a születés során megélt élményekhez. A páciensek élményei alapján Grof úgy véli, hogy a fogantatástól a megszületésig a folyamat négy szakaszra bontható, melyeket alapvető perinatális mátrixoknak (BPM) nevez. Az alapmátrixok mindegyikét sajátos érzelmi, testérzeti és szimbolikus képvilág jellemezi, melyek összefüggenek a gyermek adott szakaszban átélt érzelmi és testérzeti mintáival. A magzatot a négy szakasz bármelyikében érheti olyan trauma, mely patológiához vezethet (Grof, 2008 pp 59-91).

A négy perinatális alapmátrix:

BPM I: Ősi egység az anyával – élet az anyaméhben,

BPM II: Kozmikus elnyelés és kiúttalanság, maga a pokol – megkezdődnek az erősödő méhösszehúzódások,

BPM III: Halál-újjászületés csatája – méhszáj elfolyósodik, megkezdődik a kitolás, a baba a szülőcsatornán halad át,

BPM IV: Halál-újjászületés élménye – a gyermek kijut a szülőcsatornából.

1. szint: szenzomotoros-fizikai szint, 0,5-1 éves korig

Az 1. szint legfontosabb eseménye a testi én születése, a testtudat és a testkép kialakulása. Az újszülött fokozatosan használni kezdi az érzékszerveit (szenzoros működés), valamint a testét (motoros működés), a szakasz végére alakul ki a szenzomotoros koordináció, a mozgás és az érzékszervek összehangolása. A csecsemő megtanulja a testi én határait, különbséget tenni a testi érzetek és a külvilágból érkező ingerek között. Ha az ént ebben a szakaszban éri trauma, sérül a fejlődés, akkor a személy nem lesz képes rá, hogy megállapítsa, hol ér véget a teste, és hol kezdődik a külvilág, valamint az észlelése is alakulhat kórosan, ami később pszichotikus hallucinációkat okozhat. Ez az a szint, melynek sérülései a legsúlyosabb pszichés

betegségek kialakulásáért felelősek, illetve erre a szintre esik vissza a felnőtt ember súlyosabb krízisek, zavarok esetében (pszichózisban, skizofréniában, vagy súlyos affektív zavarok esetén).

2. szint: Fantazmikus- érzelmi szint, 0,5-1 évestől 2-3 éves korig

A 2. szinten az érzelmi én születik meg. A csecsemő a világot saját maga meghosszabbításának tartja (primer nárcizmus), mivel a szakasz elején az ének még nincsenek szilárdan kialakult érzelmi határai, és nem tudja önmagát a világtól megkülönböztetni, ezért úgy éli meg, hogy amit érez, ugyanazt érzi a világ is, amit lát, ugyanazt látja a világ is. 15-24 hónapos kor körül - amikor a csecsemő elkezdi különbséget tenni önmaga és érzelmi környezete között - megszületik az érzelmi én, és kialakul a fantázia, az érzelmek és a kötődés. A gyermek az anyán keresztül ismeri meg önmagát. A jól működő anya a csecsemőre hangolódik érzelmileg, vagyis nem csak utánozza és lemásolja a gyermek érzelmi állapotait és viselkedését, hanem ráhangolódik, és más modalitásban, kifejező eszközökkel visszatükrözi a gyermek állapotát, valamint megoldási mintákat mutat fel. Ezzel egyrészt a gyermek megtapasztalja a lelki közösség élményét, másrészt az érzelemszabályozás eszközévé is válik az anyai működés. Hibás összehangolódás esetén a gyermek érzelmi állapotai hamisan jelennek meg, torzul az énképe, és sérül az érzelemszabályozása. Hangolódási problémákat okozhat, ha az anya intenzívebben tükrözi a gyermeket, ez a felhangolás, vagy más állapotot tükröz, ez a félrehangolás.

A szakasz további fontos eredményei a képi memória kifejlődése és a tárgyállandóság megjelenése: a külvilág tárgyai megmaradnak a gyermek fejében, akkor is, ha azok eltűnnek a látóteréből. Kifejlődnek a képzetek és a korai szimbólumok, az én megkülönbözteti magát a világtól, miközben még szorosan kezd kötődni hozzá. Ebben a még egybeolvadt létezésben úgy gondolja, hogy a gondolataival, vágyaival hatást gyakorolhat a világra, akár csak a mágikus világképben.

E szakasz sérülései miatt a személy az érzelmi egybeolvadás szakaszában maradhat, és különböző személyiségzavarok alakulhatnak ki, pl. nárcisztikus, vagy ha a differenciálódás megkezdődik, de nem fejeződik be, disszociáció következhet be, akkor borderline személyiségzavar állhat elő.

### 3. szint: Leképező elme szintje, 2-3 évestől 6-7 éves korig

Az első perszonális szint, melyet azért hívnak a leképező elme szintjének, mert az elme teljes mértékben le tudja képezni a külső világot, mivel ezen a szinten alakul ki a beszéd – és ezzel párhuzamosan a gondolatok – az ego teljességében. A testről a fejbe kerül át a fókusz, a gondolkodás elkezd elhalványítani az első két szintre jellemző közvetlen nonverbális élményvilágot. Ebben az időszakban alakulnak ki és épülnek be a viselkedést szabályozó elvek, a gyerek anormákat belsővé teszi: megjelenik a felettes én. Az előző szinten megjelent érzelmi ént követi a mentális, fogalmi szelf születése, a reprezentációs elme kialakulása. Erre a szintre az egocentrizmus a jellemző, a gyermek csak a saját szempontjából tudja szemlélni a dolgokat. A szakasz 3. fontos jellemzője az impulzivitás, az énerő megjelenése, a műveletek előtti gondolkodás a kognitív gondolkodásban. Ebben a szakaszban történik a Freud által leírt ödipális korszak. A nyelv- és beszédkészséggel együtt a gyerek már képes gondolkodni a múlttól és a jövőről, szabályozhatja a testi funkcióit, képzeteket alkothat a érzékeiben megjelenő dolgokról. Mindezzel együtt megjelenik a szorongás, a lelkiismeretfurdalás, a büntudat és a megbánás képessége is. Ha ebben a korban túl nagy és sok szorongás van a gyerek életében, akkor azokat elnyomja vagy elfojtja. Ezekből az elfojtásokból és bármilyen már sérülésből adódó elakadások vezethetnek neurózishoz.

### 4. szint: Szabály-szerep elme szintje, 6-7 éves kortól -12 éves korig

Ebben a szakaszban halványodik el az egocentrizmus, és kialakul az etnocentrikus világgép. Többé nem a saját ösztönzések megélése válik elsődlegessé, hanem az, hogy a szerepeiben jól működjön. Az etnocentrizmus kialakulásának fontos lépése, hogy bele tudja élni magát magát mások helyzetébe, így más szerepeket is magára tud venni. Ez tehát a szabályok és szerepek világa, az iskolába járás időszaka. Ebben a korszakban jelenik meg a decentralizálás képessége, az én fókusza önmagáról a csoportra tevődik át, de ennél tovább egyelőre nem terjed, vagyis „az én csoportom az egyetlen igaz csoport a világon”. A kognitív fejlődésben ez a konkrét műveletek időszaka. Az egyén a csoportban, az interszubjektív világban különféle forgatókönyveket, sorskönyveket igyekszik megvalósítani, melyek segítségével tud a csoportban boldogulni.

Ha ezen a szinten történik elakadás, azt sorskönyvi patológiának nevezzük, vagyis a személy hamis, torz lesz, a közösségben torz szerepet vesz magára és eszerint is kezd élni.

5. szint: Racionális elme szintje, 12 éves kortól

Az ötödik szint leggyökeresebb változása, hogy megjelenik az absztrakt gondolkodás: a kiskamasz képes gondolkodni a saját gondolkodásról. A kognitív fejlődésben ez a formális műveletek szakasza. Az elme alternatív megoldásokat tud létrehozni, hipotéziseket fejben átgondolni, és azokról dönteni. A teoretikus „mi van, ha”, „mi lenne, ha” és a „mintha” kérdések világa nyílik meg a fejlődésben: a nem létező dolgokról való álmodozás. Erre a mentális működésre épül a tudomány, és racionális világunk. Az absztrakt gondolkodással jár együtt az önmegfigyelés képessége, és így az intellektuális önismeretet, a bíráló bizonyos dolgok felett, így a korábbi szintek szabályait és szerepeit képes átgondolni és felülbírálni. Az 5. szinten bővül a felvehető nézőpontok száma, és kiterjed társadalmunk összes emberére: megjelenik a társadalmi tudatosság.

Az 5. szint tipikus elakadása az identitásválság: a saját szerepek megkérdőjelezésével a „ki vagyok én valójában?” válik központi kérdéssé.

6. szint: Integrált tudat szintje (kentaur, víziológia)

Ezen a szinten történik meg az elme és a test integrálása; ez az önmegvalósító ember világa, Wilber ezt a szintet kentaur szintnek nevezi. A személy az elméje mellett képes a testével és az érzéseivel is azonosulni, és integrálhatja elfojtott, leszakadt énrészeit is. A 6. szintre jellemző kognitív működés a víziológia, az integrált személyiség a különböző részeket összerakva, integrálva látja a kölcsönhatásokat, holisztikusan, relatívan és plurálisan szemléli a világot. A dolgok elkezdenek összefüggeni, kontextus függővé válnak, eltűnik a kitüntetett látásmód, valamennyi látásmód egyaránt fontos lesz. Az integrált személyiség érzelmileg érzékeny, szívesen osztja meg a benne zajló folyamatokat másokkal. A 6. szint emberére jellemző tulajdonságok: hiteles, autentikus, empatikus, kreatív, önmegvalósító, öko- tudatos, posztmodern értékeket vall, erkölcsisége univerzális.

A szint elakadása az egzisztenciális válság, amikor az egyén belevész az aperspektívikus nézőpontba, és úgy érzi, hogy nincsenek többé biztos irányok az életben: az élet elveszti az értelmét. Erre a válságra a humanisztikus pszichológia alakította ki az adekvát szemléletmódot.

#### 7. szint: Okkult (pszichikus) szint

A 7. szinten lépünk be a transzperszonális, az egón túli szintre: az egyén meghaladja az egóját, a személyes énjét. A transzperszonális világról szóló hagyományok eltérnek abban a tekintetben, hogy hány szakaszra osztható a transzperszonális fejlődés, de a jelenlegi kutatások alapján legalább négyre. A 7. szint az evilág, a hat érzékszerv világa (5 érzékszerv+elme, tehát a gondolatok, érzelmek és képek) és a túlvilág határán áll, még a határon innen. Az egyén az öt érzékszervével érzékeli a világot, az elméjén belül működik, és már képes ráérezni a világ mögöttes spirituális erőire anélkül, hogy azokat konkrétan megtapasztalná. Az egyén elkezd kapcsolatba lépni transzcendens énjével, és belső tudatosságot nyer, hogy a test-elme határ átléphető. Az intuitív és analógiás gondolkodás jellemzi a szint kognitív működését. Ezen a szinten lehet megélni, hogy egyé válnunk a természettel - ez a természetmiszticizmus élménye, ahol elkezd feloldódni a karakter, és megszűnik az elkülönült énézés. Olyan új minőségek jelennek meg, mint a világlélek, a szívből jövő spontán környezeti etika, amikor felelősséggel, együttérzéssel fordulunk a látható élőlények felé. Az alábbi tapasztalások tartoznak a 7. szinthez:

- A sorsszerűség érzése: szinkronicitásélmények, nem véletlen véletlenek, az áramlással való haladás.
- Az erők intuitív olvasása szimbólumrendszerekkel: asztrológia, Ji-ching, Tarot.
- Parapszichológiai jelenségek: telepátia (gondolatok, érzések átvitele), prekogníció (előre tudni azt, hogy mi lesz), tisztánlátás (információt szerezni távoli helyekről, emberekről), pszichokinézis (tudattal mozgatni tárgyakat), stigma, spontán gyógyulás élménye, testen kívüliség élménye.
- Bioenergetikai érzékenység: auralátás, csakraérezkelés, radiesztézia, chi vezette harcművészetek (thai-chi, chikung, kundalini jóga).
- Mágia: események befolyásolása szimbólumokkal történő manipulálással, pl. Tibeti mágia, afrikai-vooodoo, sámánaktusok.

#### 8. szint: Szubtilis (kifinomult) szint

A 8. szint az odatát világa, vagyis a hat érzékszerven túli világ, immáron nem a hat érzékszerv világában állva, hanem a spirituális valóság közvetlen megtapasztalásának élményével. Az egyén a rejtett erőket személyesen megtapasztalja. A szubtilis szó (jelentése: finom) olyan folyamatokra, erőkre, energiákra utal, amelyek kifinomultabbak a hétköznapi, „durva” világnál, ezért a hétköznapi, éber tudat nem tudja érzékelni őket. Ezen a szinten mélyebb megtapasztalás van, mint az előző szint természetmiszticizmusa, mivel itt a tudat teljesen elkülönül a szokásos elmétől, és a felsőbb énnel azonosul. Így a személy a konkrét formákban megnyilvánuló finomabb dimenziókkal él át egy mélyebb egységet, melyet istenség-miszticizmusnak hívunk. A szeretet és együttérzés kiterjedt állapotai tapasztalhatóak meg, de patológikus jelenségekben is lehet része, megélve akár a kozmikus rettegést, vagy találkozhat az „ösgonoszság” érzetével is (pl. különféle meditációs módszerekkel, vagy tudatmódosító szerekkel kiváltott tapasztalatok során).

#### 9. szint / Kauzális szint

A kauzális szinten minden jelenség, forma, megnyilvánulás megszűnik (pl. nincs fehérfény-megjelenés), a tudat önmagában van jelen. A kauzális állapotot gyakran a mélyalvás állapotához hasonlítják, csak itt nem a tompa ürességet, hanem a teljes telítettséget tapasztaljuk meg. Ekkor a megfigyelő ént egészen a gyökeréig követjük, a tiszta ürességig, mely a megfigyelő maga. Ez a végső identitás, a végső valóság, a kozmikus, univerzális tudat.

„Tér, idő, tárgyak: jönnek, mennek. De te magad vagy a Tanú, a tiszta látó, aki maga a tiszta Üresség, tiszta szabadság, tiszta nyitottság, a nagy Üresség, amelyen minden átvonul, téged sohasem érintve, soha egy pillanatra meg nem kísértve, megbántva vagy vigaszt nyújtva.” (Wilber, 2009)

Az én, megszabadulva a Szamszára létforogatógából – az 1-8 szintek jelenségeitől – ezzel az ürességgel válik azonossá. Ez a forma nélküli miszticizmus, ahol nincs semmi formai, anyagi, csak maga a Tudat, a felébredett állapot, a maximum tudatosság. Wilber azért nevezi kauzális, azaz oksági szintnek, mert ez az alacsonyabb dimenziók oka, teremtő alapja, támasza. Számos elnevezése van, mint Üresség, Nirvána, Atman, Önvaló, Allah, Brahman, Az Atya, A Szellem stb.



### 10. szint / Nonduális szint

A "nonduális" jelentése: nem kettős. Ezen a szinten a valóság nem oszlik két részre (szamszára, 1-8. szint és nirvána 9. szint), hanem az egész realitás egy érzetté válik. Ahogyan a Tanú állapotában egyre hosszabb ideig maradunk, ahogy egyre jobban elmélyülünk az érzés, hogy a Tanú bennünk van, megszűnik, és a Tanú lassan azonossá válik mindazzal, amelynek a Tanúja. Ez a non-duális miszticizmus. Ez a tízedik szint valójában nem egy elkülöníthető szakasz, hanem az összes szint és állapot egyszerre, mivel itt a tiszta üresség minden formával egyé válik. Buddha szavaival: „A forma üresség, az üresség forma”. (Oros, 2007)<sup>4</sup>

### Fejlődésvonalak, pszichográf

A fentiekben bemutatott szinteket jellemzi, hogy minden szinten más, szintváltáskor teljesen megváltozik a szelf identitása, szükségletei és morális, erkölcsi beállítottsága. Minden szintnek megvan a maga fénye és árnyéka, fixációja is.

A fejlődésvonalakkal leírhatjuk azokat a képességeket, amelyek szintenként fejlődnek ki a valóságnak a kvadránsok által megjelenített aspektusaiban. A fejlődésvonalak azokat a különböző útvonalakat jelölik, amelyeken át bejárhatjuk az emberben rejtőző képességek hatalmas vadonját. Az élmények egyéni-belső (BF) negyedében a fejlődési vonalak része a kognitív, érzelmi, emberek közötti és morális képességek – jóllehet nem korlátozódik csupán ezekre. Ezeket a képességeket gyakran emlegetik az ember sokféle intelligenciájaként. Ennek az a háttere, hogy mindannyian fejlettebbek vagyunk bizonyos területeken, mint másokon.

Howard Gardner vezette be a többtényezős intelligencia fogalmát: ennek alapján minden embernek többféle intelligenciája létezik, mint pl. kognitív, érzelmi, erkölcsi. Ezekben a különféle intelligenciákban azonban nem feltétlenül vagyunk egyformán fejlettek. Egyes területeken jobbak vagyunk, más területeken pedig kevésbé. Például valakinek kiválóak a kognitív, intellektuális képességei, hatalmas tudással bír, de érzelmeit nem igazán tudja szavakba önteni. Ahhoz, hogy erősségeinkkel tisztában legyünk, a bennünk

---

<sup>4</sup> Oros Andrea: Integrál Oktatás szakdolgozat, 2007 <http://integralgondolkodo.com/wilberi-tudatszintek/>

lévő erőforrásokat maximálisan ki tudjuk használni, fontos, hogy ismerjük ezeknek az intelligenciáink fejlettségi szintjét. Ezeket az intelligenciaterületeket hívhatjuk úgy is, hogy a tudatfejlődés sávjai, vagy más néven fejlődésvonalak. Azért hívjuk őket fejlődési vonalaknak, mert ezek az intelligenciaterületek növekedést és fejlődést mutatnak. Kibontakozásuk a tudatfejlődés egymás követő szintjei mentén halad (Wilber, 2008).

Összefoglalva tehát azt mondhatjuk, hogy a fejlődés lépcsőfokainak, melyeket szinteknek hívunk, különféle fejlődési területei, vonalai vannak, melyek egy-egy intelligenciaterületnek, életterületnek felelnek meg, és ezek a különféle fejlődésvonalak a szinteken keresztül bontakoznak ki.

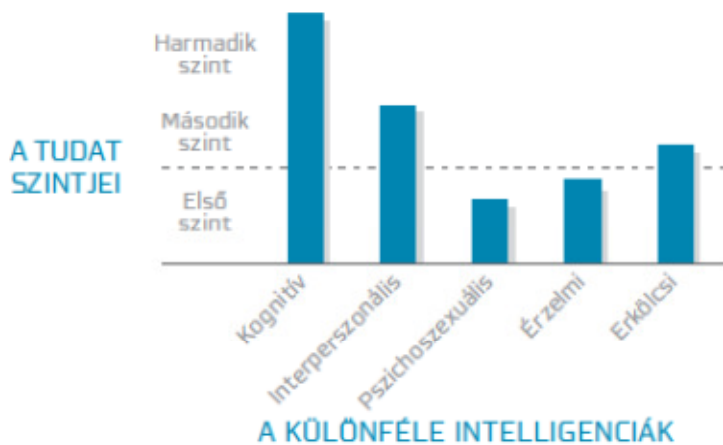
A fő fejlődésvonalakat az alábbi táblázat mutatja:

Alapkérdés	Fejlődésvonal	Kutatója
<b>Minek vagyok tudatában?</b>	Kognitív	Piaget
<b>Mire van szükségem?</b>	Szükségletek	Maslow
<b>Ki vagyok én?</b>	Szelf (identitás)	Kernberg, Stern, S. C. Greuter
<b>Miket értékelek a leginkább?</b>	Értékrend	Beck-Cowan
<b>Mit helyes tennem és mit nem helyes tennem?</b>	Erkölc	Kohlberg
<b>Hogyan látom a világot?</b>	Világnézet	Gebser
<b>Hogyan viszonyulok a többi emberhez?</b>	Interperszonális	Honti L.
<b>Milyen a szexuális életem és a párkapcsolatom?</b>	Pszichoszexuális	Freud, Deida
<b>Mit gondolok a végső dolgokról?</b>	Spirituális	Wilber, Cowan-Beck, spirituális hagyományok
<b>Miben hiszek?</b>	Hit	Fowler
<b>Mit tartok a legszebbnek, a legvonzóbbnak?</b>	Esztétika	Housen

6. ábra: A különféle fejlődésvonalak, azok alapkérdései, és néhány kutatójuk<sup>5</sup>

Ha ezeket a fejlődésvonalakat és a fejlődés szintjeit egy ábrában ábrázoljuk, akkor megkapjuk az integrál pszichográfot, azaz a fejlődésvonalak integrált térképét.

<sup>5</sup> Készítette: Gánti Bence az Integrál pszichológia szak oktatási anyagából



7. ábra: A pszichográf (Wilber, 2008, p 42)

Az integrál elmélet pszichográfban ábrázolja az emberek sajátos fejlődési profiljának egyes vonalait. Célja, hogy rálássunk, melyek azok a területek, ahol a legjobbak a képességek, és melyek azok a területek, amelyek fejlesztésre szorulnak.

## Tudatállapotok

A tudományos - *nyugati* felosztás szerint *normál* és *módosult* tudatállapotok vannak. A normál tudatállapot a nappali, éber állapotot jelöli. A módosulthoz sorolják az alvás, álom, a meditatív-, transz-, valamint a kóros tudatállapotokat.

A *keleti* felosztás (Genpo Roshi) szerint a normál tudat a *kereső* tudat (seeking mind): az elme, ami sosem áll le, mindig keres, mozog. A másik a *csend* (Nirvána) állapota. Ebben a tudatállapotban akkor vagyunk, ha nincs cél, csak a tiszta tudat. A harmadik tudatállapot a *nonduális*, amely mindkettőt látja és azt is, hogy az egyik nem jobb a másikonál.

A wilberi felosztás szerint természetes és tréningezett (kialakított, kiképzett) tudatállapotok vannak. A természeteshez tartozik a nappali, éber, az alvás és álom, a tréningezett tudatállapot pedig a meditatív állapot.

A normál tudatállapot fogalma konszenzuson alapszik. A tudományos – nyugati közmegegyezés (pszichológia, pszichiátria, orvostudomány, szociológia, WHO stb.) szerint az a normális, aki képes önellátásra, munkavégzésre, öröme, kapcsolatok fenntartására, illetve folyamatos identitástudata van. Emellett a normális ember módosult (normálistól eltérő) tudatállapotban tudatában van az állapotának, ellentétben a pszichotikussal. A normális ember benne van a közmegegyezéssel valóban – a

többség közös címkézési és hiedelemrendszerében –, percepciója megegyezik a többi emberével, és ezt folyamatosan fenntartja.

A spirituális - keleti konszenzusos valóság (illúzió, nem valós) alapján a normál tudatállapot egyenlő a felébredett tudattal, ami a valóságot látja, és azonosul azzal.

*Módosult* tudatállapotban a módosulásnak két iránya van. Az egyik a *regresszió*, amikor visszafelé történik a módosulás a neurotikus és patológikus szintekre. A másik a *progresszió*, ekkor előre, a spiritualitás felé történik a módosulás.

A tudat módosulásakor a következők változnak meg: a test érzései, az idő érzékelése, a tér érzékelése, a gondolkodás, a képzelet, az érzelmek, a valóságglátás.

A tudatmódosulást elérhetjük több módon is: a *transz* és a *meditáció* útján. A transz olyan módosult tudatállapot, amelyben a világ és önmagunk észlelése megváltozik. A "transz" szó jelentése "át", "túl". A transz tehát az "odaát" állapota. Erőteljes technikákkal az ember pszichofizikai rendszere egy, a normális, hétköznapiól eltérő állapotba kerül. A sámánhagyományokban azt nevezik transzsnak, amikor egy személy önkívületi állapotba jut – ez a révülés, ahol a belső tudati világban más dimenzióba jut, illetve szellemlényekkel kerül kapcsolatba. A transz fogalma hagyományosan tehát egy komoly tudatállapot-váltást jelöl, melynek célja a megváltozott tudatállapotba történő betekintés. Az integrál szemléletben transzsnak nevezzük azt az átmeneti tudatállapotmódosulást, ahol a személy átmeneti látogatást tesz a létra magasabb szintjein, majd viszonylag gyorsan visszarendeződik a karakter.

Ezzel szemben a meditáció nem alkalmi élménykeresés. Lényege a rendszeres, napi gyakorlás – ez a kiművelés, a "bhavana". A meditáció az élménykereső egón túlról jövő meghívás, aminek a helytartója, projektkontrollere a spirituális tanító, akitől a gyakorlatot kapjuk. Ütemezett, intelligens, átgondolt. Technikája: csukott szemmel, mozdulatlan testtel, egyenes háttal ülés, eközben éber figyelése mindannak, amit észlelek, vagy egy választott fókusz tárgynak. A meditáció célja az átmeneti látogatás és transzok alatt átmenetileg megtapasztalt magasabb szintek minőségeit, tudatállapotait tartós tartós tudatszintté formálni.

## Enneagram

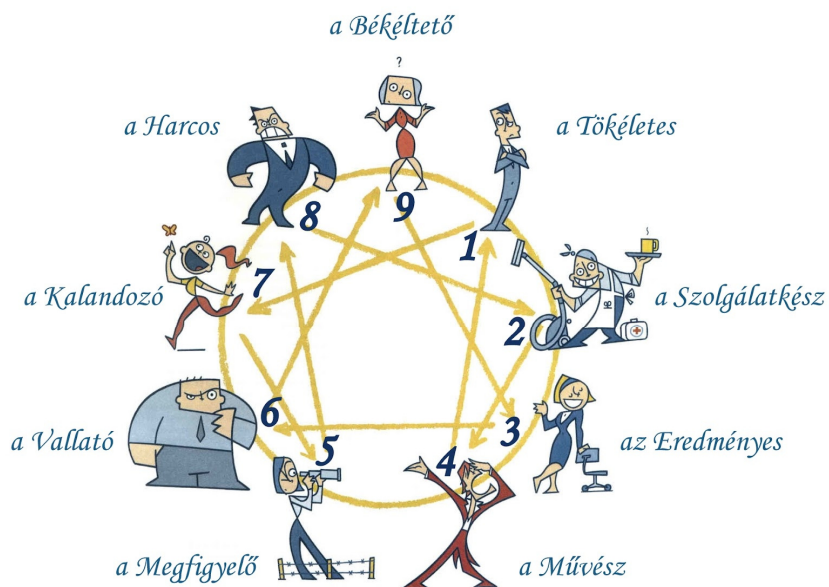
Az enneagram rendszert széles területen lehet alkalmazni: akár a pszichológiában, akár a managementben, a pályaalkalmasságban, a gyermeknevelésben, a párkapcsolatokban, vagy éppen az értékesítési kommunikációban.

Az enneagram egy személyiségtípus-rendszer, alapjai ősi múltra nyúlnak vissza. A jelenlegi formájában kidolgozott személyiségtípus a XX. század newages-pszichológia eredménye, ami 70-es években került a szélesebb köztudatba. A transzperszonális pszichológia és az integrál pszichológia is fontos részének tekinti. Az enneagram „new-ages-essége” ellenére jól kidolgozott, pszichiáterek és pszichoterapeuták által alkalmazott, kísérleti körülmények között is tesztelt rendszer. Használata elsősorban a tágabb pszichológusi körökben, az alternatív segítők és a laikusok körében gyakori.

Az enneagram 9 típusba sorolja az embereket, innen ered a neve – „ennea” = 9, „gram” = jel, lenyomat, ábra, tehát „az ábra, ami 9 részből áll”. Ábrázolása egy körben egy sokszög, mely 9 ponton érinti a kört, így kapjuk meg a 9 pontot, személyiségtípust. Mindegyik típus a korai gyerekkorból indul ki, az ego kialakulásából vezeti le az egyes emberek jellegzetes viselkedéses, érzelmi és gondolati karakterfixációit. A fejlődés során jelzi az egyes típusok patológiás, normál, előrehaladott, önmegvalósító, és spirituálisan felébredt tartományait. Ezekhez rendelik a pszichopatológiai, analitikus, transzperszonális és az integratív pszichospirituális típusokat (Gánti, 2009 p 3). Az enneagram tehát egyrészt egy statikus személyiségleírás, ami az egyének érzelmi természetének meghatározott vonásait mutatja be; másrészt pedig, akárcsak a világ, az emberek is változnak. Tudatosan, vagy önkéntelenül formálódik a személyiségstruktúra egy-egy rétege: idősödünk, érettebbé válunk. Az enneagram feltárja a fejlődés dinamikáit és azok lépéseit. Pontos képet ad egyes karakterek problémakezelési megoldásairól, a boldogság vagy a stressz pillanatainak érzelmi ciklusairól. Könyörtelenül mutat rá azokra a pontokra, ahol meg szoktunk akadni<sup>6</sup>.

---

<sup>6</sup> [www.enneagram.hu](http://www.enneagram.hu)

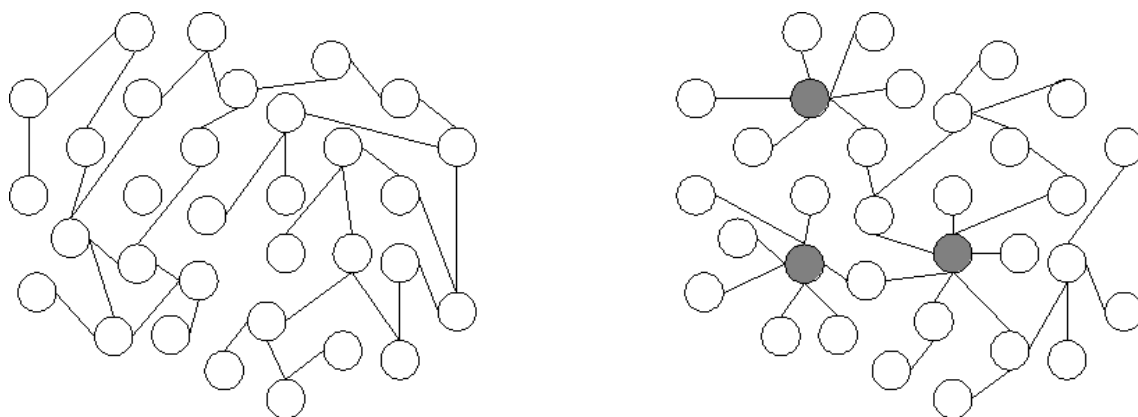


8. ábra: Az enneagram kilenc személyiségtípusa, és a köztük lévő kapcsolatok<sup>7</sup>

<sup>7</sup> Forrás: <http://azurelefant.blogspot.hu/2012/03/enneagram-karakterek.html> <http://1.bp.blogspot.com/-7Y2IXTUL7wo/T29pOIs-aGI/AAAAAAAAALa4/zYdUI4XqqNA/s1600/enneagrammsajat.jpg>

## IV. INTEGRÁL SZEMLÉLET A VÁROSI KÖZÖSSÉGEKBEN

Az ipari fejlődéssel párhuzamosan alakult ki a városok kritikája is, mely elsősorban a társadalmi szegregáció, a városok esztétikai romlása, a monotonitás hétköznapi szintre emelkedése, és az élheteretlen városi környezeti feltételek köré szerveződik. A második világháború után a városfejlesztés új korszakba lépett, és a fenti kérdésekre próbált választ adni. Korábban a hatalmi elit építette a városokat, de az ipari forradalom hatására tulajdonképpen rombolni kezdték az urbanizált területeket. Manapság a városok megújulása és maga a város nem egy szabálytól vagy kiemelt státuszban lévő személytől függ (a kastély körül szerveződő élettől, a feudális uradalomtól és úrtól), hanem a kulcsszereplők között kialakult kapcsolati hálózatoktól, és a városi életkörülmények által meghatározott csoporttudattól (Hamilton, 2008, p 38). A szervező elv és a döntéshozatali struktúra változásával a települések központjai is folyamatosan átalakultak: a falvak, városok szervezeti és strukturális központja a piac és a főtér volt. A premodern városok központja a városháza, a modern városoké a pénzügyi központ, a posztmodern városoknak a közösségi ház a szíve, az integrál városoknak pedig a hubok (Hamilton, 2008) (9. ábra).



9. ábra: Bal oldalon a véletlenszerűen szerveződő hálózat, jobb oldalon pedig a skálafüggetlenül szerveződő hálózatok, a Barabási-Albert modell alapján. A skálafüggetlen hálózatokban a hubok azok a központok, amelyek magas kapcsolódási számmal rendelkeznek – szürke körök<sup>8</sup>

<sup>8</sup> Forrás: [https://en.wikipedia.org/wiki/Hub\\_\(network\\_science\\_concept\)](https://en.wikipedia.org/wiki/Hub_(network_science_concept))

## Városkutatással kapcsolatos tudományterületek

A városkutatást Magyarországon urbanisztikának hívják, mely a települések, településrészek, térségek, régiók működésének feltárásával, elemzésével, és azok irányításával (igazgatásával), tervezésével, fejlesztésével, rendezésével, működtetésével foglalkozó multidiszciplináris tevékenység, de a konkrét objektumok (épületek, műtárgyak) tervezését nem tekintik a részének.<sup>9</sup> Az urbanisztika az alábbi (10. ábra) tudásterületeket foglalja magába a négy kvadránsban elhelyezve:

attitűdkutatások környezetpszichológia <sup>10</sup>	viselkedéstudomány egészségügy humán komfortkutatás <sup>11</sup>
városmarketing településkultúra hálózat kutatások helytörténeti kutatások	városszociológia építészet környezetvédelem, városökológia <sup>12</sup> management tudományok: városüzemeltetés, szolgáltatások megszervezése (közoktatás, lakhatás, vízgazdálkodás, energetikai ellátás, hulladék, közlekedés, zöldterületek) településpolitika, jogszabályi környezet

10. ábra: A városkutatással foglalkozó tudományterületek a négy kvadránsban (saját összeállítás<sup>13</sup> alapján) (Nagy, 2008, p 541-550)

A XX. században olyan új fogalmak, irányzatok és módszertanok jelentek meg, mint például a top-down helyett a bottom-up építkezés (Madden, 2005, 2006), a fenntartható fejlődés<sup>14</sup> (11. ábra), környezetvédelmi szempontok figyelembe vétele, az éghajlatváltozás lassítását célzó energiacsökkentési törekvések, az élhető városok koncepciója (Gehl, 2010) a városműködés minden szegmensét felölelő és komplex gondolkodást igénylő integrált várostervezés, az embereket a tervezési és igényfelmérési folyamatokba bevonó részvételi tervezés és akár kivitelezés is, legújabbán pedig már az

<sup>9</sup> [http://urbimaximus.blogspot.hu/2013/01/az-urbanisztika-teruletei\\_7.html](http://urbimaximus.blogspot.hu/2013/01/az-urbanisztika-teruletei_7.html)

<sup>10</sup> A fizikai tér és az emberek együttéléséről szól, azt a humán tényezőt emeli ki, ami a többi tudományterületben nem annyira hangsúlyosan van jelen

<sup>11</sup> [http://www2.sci.u-szeged.hu/fokozatok/PDF/Gulyas\\_Agnes/Gulyas\\_Agnes\\_PhD\\_tezisek\\_magyar.pdf](http://www2.sci.u-szeged.hu/fokozatok/PDF/Gulyas_Agnes/Gulyas_Agnes_PhD_tezisek_magyar.pdf)  
Azokat a klimatikus körülményeket (hőmérséklet, sugárzás, páratartalom, szél) vizsgálja, ahol komfortos a hőérzet.

<sup>12</sup> A város ökológiai környezetét kutatja, azokat a természeti és társadalmi alkotóelemeket vizsgálva, amelyek folyamatok és változások következtében befolyásolják a természetes és természetközeli tájak városi tájja alakulását (Jelinek, 2013).

<sup>13</sup> [http://urbimaximus.blogspot.hu/2013/01/az-urbanisztika-teruletei\\_7.html](http://urbimaximus.blogspot.hu/2013/01/az-urbanisztika-teruletei_7.html)

<sup>14</sup> <http://www.dac.dk/en/dac-cities/sustainable-cities/historic-milestones/1987--brundtland-report-our-common-future/>



éghajlatváltozás hatásaihoz való alkalmazkodás is igényként merül fel a várostervezésnél. Az élhető városok fogalmát a köztudatba hozó dán építész, Jan Gehl szerint „a legnagyobb probléma tehát az, hogy az építészek a forma megszállottjaivá váltak, miközben nem törődnek az emberekkel. A megoldás szerinte egy új, emberközpontú várostervezési paradigma felállítása, amelynek pillérei az élhető, vonzó, étellel teli, fenntartható, biztonságos, illetve egészséges város. A célok eléréseért a városépítésznek sokkal több figyelmet kell fordítaniuk a gyalogosokra és a kerékpárosokra, a tömegközlekedésre, valamint a közösségi terekre”<sup>15</sup>.

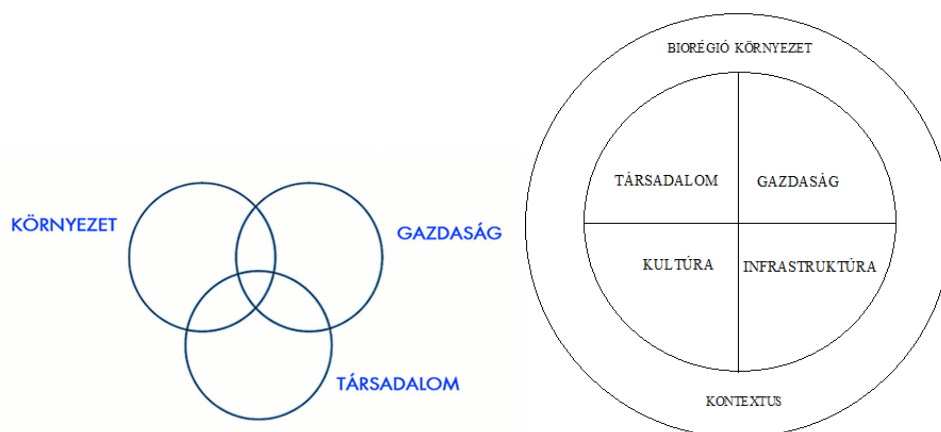
### Integrál a városokban

Az integrál egy szóban fejezi ki azoknak a minőségeknek az egységét, ami a humán élőhely optimális kialakításához szükséges. Az integrál Ervin László, Clare Graves, Don Beck és Ken Wilber munkássága alapján egész, széleskörű, összeköttetésben levő, befogadó, felölelő, vibráló, érzékeny és alkalmazkodó minőséget jelent. Az integrál nem fragmentált, nem elfogult, nem kirekesztő és nem változatlan (Hamilton, 2008, p 52). Az integrál város, méretétől függetlenül, az ökológiai tudatosságból kibontakozó élő rendszer, mely magába foglalja a diszkurzivitást, a politikát, a vallásos és spirituális kontextusokat, és az egyedi természeti környezet éghajlatát és ökológiáját, de nem csak ezekre korlátozódik. Az integrál város dinamikusan alkalmazkodik a változó belső és külső életkörülményekhez: komplex, alkalmazkodó emberi rendszer, az emberek élőhelyeire koncentrál. Ugyanazokkal a problémákkal áll szemben, mint minden természetes rendszer: fenntartani az információ-, anyag- és energiaáramlást az emberi faj túlélése érdekében (Hamilton, 2008, pp 51-52). Az integrál város szervesen kapcsolódik az emberi tudatfejlődéshez és mindazon tényezőkhöz, amiktől az emberi lét függ. Az emberi lehetőségek ideális esetben egybeesnek a város épített struktúráinak, a társadalmi és a kulturális intézmények változásaival, és így közösen alakítják ki az optimális életkörülményeket. Az integrál városban megteremtett optimális életkörülmények jobban függenek a lakosok rugalmasságától, alkalmazkodóképességétől, mint a város bármelyik tulajdonságának állandóságától (Hamilton, 2008, p 56). A város esetében tehát a teljességet az elevenség, túlélőképesség, alkalmazkodóképesség, megújulásképesség, fenntarthatóság, és az új

---

<sup>15</sup> [http://hvg.hu/kultura/20130925\\_Elhető\\_varost\\_is\\_lehet\\_tervezni\\_a\\_madars](http://hvg.hu/kultura/20130925_Elhető_varost_is_lehet_tervezni_a_madars)

dolgok felbukkanásának lehetőségei jelentik (Hamilton, 2008, pp 26-27). Ez alapján a fenntartható fejlődés modellje is tágul az integrál szemléletben: a hagyományos környezet-társadalom-gazdaság hármasa négyre bővül – a társadalom, kultúra, gazdaság és az infrastruktúra négyesére, melyek így egységben ágyazódnak be a környezeti kontextusba (11. ábra).



11. ábra: A fenntartható fejlődés hagyományos értelmezése<sup>16</sup>, és újraakertezése környezeti kontextusba helyezve. Forrás: (Hamilton, 2008, p 57)

#### A város és az emberek elválaszthatatlansága

Jane Jacobs a *Nagy amerikai városok halála és élete* c. könyvében (Jacobs, 1990) arra mutat rá, hogy a városoknak a sokszínűség által kialakított egyedi természete van, melyet a bürokrácia megfojtott, a közösségi mozgalmak pedig újraélesztettek. Jacobs szerint az egyes lakosok bölcsessége, a családi és kulturális kapcsolatok és az önszerveződés ereje elengedhetetlen a továbbfejlődéséhez és az innovációkhoz. A társadalmat attól tekinti élőnek, ha a benne élők képesek a túlélésre, a környezetükkel kapcsolatot teremteni és saját képességeiket megismételni. A város alkotórészei, mint az energia, az anyag és az információ, az embereken keresztül folyik. A város tehát csak úgy értelmezhető, hogy mind a város, mind az emberek egyszerre alkotják meg egymást: a város az embereket "alkotja meg" (azaz erőforrást nyújt nekik, létrehozza és fenntartja őket), míg az emberek (tervezéssel, történetmeséléssel csakúgy, mint lélegzetvétellel, étkezéssel, fogyasztással és kereskedelemmel) a várost alkotják meg. A város és az emberek elevensége pedig ugyanígy kéz a kézben jár, egyikről sem

<sup>16</sup> <http://www.fvfegyuesulet.hu/wp-content/uploads/2010/04/kornyezet-alappillerei.jpg>

beszélhetünk a másik nélkül. A kihívás tehát, hogy hogyan találjunk optimális életfeltételeket az embereknek a városban, és a városnak az emberek életében<sup>17</sup>.

### Elevenség

Az egyik legkevésbé megfogható, mégis a leglátványosabb és legizgalmasabb kérdés az elevenség. Az emberektől és a várostól elválaszthatatlan elevenség elméleti megközelítését és kritérium rendszerét Alexander<sup>18</sup> szerint az adja, hogy az alábbi tényezőktől válik élővé egy városközpont<sup>19</sup>:

léptékek, erős központok, határok, váltakozó ismétlődés, pozitív helyszín, jó formák, lokális szimmetriák, mély összeköttetés és többértelműség, kontraszt, színátmentek, egyenetlenség, visszhangok, üresség, egyszerűség és belső nyugalom, kapcsolatban van a környezetével.

Gyakorlatibb megközelítésben azt is jelentheti, hogy mitől lesz vonzó a város az élőlényeknek, az életnek, mivel a városokban élő állatok és növények gyakran a jóllét megkérdőjelezhetetlen indikátorai: nagyvárosok közepén felbukkanó zuzmók a tiszta, élhető levegő jelei, Magyarországon menyét, róka megjelenése. Az állatok mellett a fák, és bármilyen más természetes vegetáció jól látható emlékeztetői az elevenségnek, és tudatosan összekötnek ökológiai érzékenységünkkel<sup>20</sup>. A nagyobb állatok alkalmankénti megjelenése például éles ellentétben áll a városi rendről alkotott képünkkel: tulajdonképpen káoszt okoznak azzal, hogy átlépik a vad és a megszelídített területek határát. 2015 januárjában Budapesten (12. ábra) a belvárosban tünt fel két vaddisznó – a külső területeken ez természetes jelenség, de a belvárosban nem megszokott. Az internet napokra felbolydult a hírtől, rengeteg vicc született, és érezhető volt az emberek öröme, hogy itt vannak ezek a vadállatok, a rendőrség pedig teljesen tehetetlen volt, hogy mit csináljon egy ilyen helyzetben. A 12. ábra jól látszik a kontraszt, a helyzet játékossága és az elevenség, ha két vadállat felbukkan a betonrengetegben.

---

<sup>17</sup> Hamilton, M. (2008): *Integral City*. New Society Publishers, p 73

<sup>18</sup> Alexander, C. (2004): *The phenomenon of Life* (September 1, 2004 ed., Vol 1). Berkely, CA: Center for Environmental Structure

<sup>19</sup> Hamilton, M. (2008): *Integral City*. New Society Publishers , pp 26-27

<sup>20</sup> Hamilton, M. (2008): *Integral City*. New Society Publishers , pp 73-75



12. ábra: Vaddisznók Budapesten, a Duna-parton 2015 januárjában<sup>21</sup>

### Város és közösség a négy kvadránsban és a wilberi szinteken

A városok élőrendszere természetének megértéséhez Hamilton az alábbi, az integrál elméletből vett térképek figyelembe vételét javasolja (Hamilton, 2008, p 60):

A valóság négy kvadránsa és nyolc szintje térképen

A négy kvadránsban el tudjuk helyezni a város különböző valóságait, a szinteket is beleértve. A 2. ábra és a 13. ábra feltüntetett jelenségeket a nyugati világ az elmúlt néhány száz évben teljesen szétválasztotta. A bal oldalt a belső dolgok, a vallási és spirituális gyakorlás, míg a jobb oldalt a külső dolgok, vagyis a biológiai és fizikai tudományok kezébe adta, megszakítva ezzel a kapcsolatot a két oldal között. Ugyan történelmi szükségszerűség volt, hogy a vallást leválasszuk a többi társadalmi struktúráról, és ez a modernitás egyik nagy pozitívuma, de most már látható ennek az árnyéka, és az újbóli kapcsolatfelvétel igénye. A négy kvadráns alapján egy városban a bio-fizikai, pszichológiai, kulturális és társadalmi életciklusok alakulását mind figyelembe kell venni ahhoz, hogy a város is egy természetes életciklus mentén fejlődjön, és emellett teret adjon mind a négy életciklus végigfutásához (13. ábra). Az integrál tervezés és építészet terén DeKay 2010 ben megjelent, *Integral Sustainable Design* c. könyvében az állítja, hogy a bal oldali kvadránsokkal kevesebbet foglalkozunk, kevésbé vannak kidolgozva (Hamilton, 2011, p 138-139), ahogy ezt a

<sup>21</sup> Forrás: [http://index.hu/mindekozben/poszt/2015/01/15/vaddisznok\\_maszkaltak\\_ejjel\\_ujlipotvarosban](http://index.hu/mindekozben/poszt/2015/01/15/vaddisznok_maszkaltak_ejjel_ujlipotvarosban)

városi életünk során a hétköznapiakban is tapasztaljuk, nem mindig szolgálja a város struktúrája a mélyebb kibontakozást, és a teljesség megélését.

<p><b>Pszichológiai, spirituális</b></p> <p>Éberség, gondolatok, érzések          Attitűd, értékek, hit, szándék          Belső egészség, jóllét, önbecsülés          Biztonságérzés, bizalom          Kapcsolódás érzése, felelősség, törődés másokkal és a környezettel          Kreativitás, innováció, művészi kifejezés          A részvétel és közreműködés motivációja és tapasztalata</p>	<p><b>Fizikai, viselkedés</b></p> <p>Fizikai egészség és jóllét          Készségek és képességek          Tevékenységek          Részvétel programokon          Fogyasztói szokások          Diéta, edzettség          Tevékenységek mások és a környezet felé          Részvételi és közreműködési képesség és lehetőség</p>
<p><b>Kulturális</b></p> <p>Világnézet          Közös jelentés          Kollektív normák, etika          Közös attitűd, értékek, hit          Közös vízió és célok          Történetek, mítoszok          Közös történelem és szokások          Közös nyelv, szimbólumok, művészet          Közös kreativitás          A részvétel és közreműködés kultúrája</p>	<p><b>Természetes és társadalmi rendszerek</b></p> <p>Természeti környezet, ökológiai rendszerek          Épített környezet, emberi rendszerek          Közösség intézmények (iskolák, egészségügyi, igazságügyi, vallási intézmények)          Programok és szolgáltatások          Törvények, rendeletek          Szervezeti rendszerek és struktúrák          Közösségi infrastruktúra (közlekedés, lakhatás, szociális tervezés)          Kormányzati rendszerek és struktúrák          Gazdasági rendszer          Részvétel és a közreműködés rendszerei és struktúrái</p>

13. ábra: Egészséges közösségek integrál térképe a négy kvadránsban<sup>22</sup>

Clare W. Graves<sup>23</sup> a 60-as és 70-es években közel húszéves kutató munkával alkotta meg az emberi fejlődés komplex szintjeit összefoglaló modellt, mely a későbbi alkalmazások során spiráldinamika néven vált ismertté. A kutatók arra jutottak, hogy az emberi viselkedés akkor változik, ha adott életkörülmények között felmerül egy probléma, amit adott szinten nem lehet megoldani, ezért új adaptív viselkedési mintázatok jönnek létre: újabb szintre lép a viselkedés. DeKay az *Integral Sustainable Design* című könyvében példákat hoz arra, hogy melyek az egyes világnézetekhez tartozó tipikus építészeti példák, és azokat mögött milyen gondolkodás és szemléletbeli

<sup>22</sup> Forrás: Saját fordítás, Hamilton, M. (2008): Integral City 2008, p 68 p, BCHC 2006 engedélyével

<sup>23</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/Clare\\_W.\\_Graves](https://en.wikipedia.org/wiki/Clare_W._Graves)

mintázatok állnak. A 14. ábra a hagyományos világnézethez tartozik a spiráldinamika és a wilberi beosztás első négy szintje, a modern az SD- és W5-nek felel meg, a posztmodern az SD 6-os, azaz a zöld, a wilberi beosztásban pedig az integrál korai szakasza. Az integrál az SD 7, sárga, a wilberi integrál középső szakasza. A transzperszonális szint kezdetét nem találtam meg DeKay besorolásában. A felosztást a különböző világnézetekhez tartozó egy-egy épület, ahhoz tartozó köztér vagy nagyobb városrész bemutatásával illusztrálom.

Világnézet	Építészeti példa	Felmerülő ügyek/mozgalmak
Hagyományos	klasszikus templomok, piramisok, feudális kastélyok  katedrálisok, angol kertek, Central Park New Yorkban	klánhoz, törzshöz, nemzethez tartozás, az isteni rend kifejezése, a művészet, tudományok, és az erkölcs összeolvadása
Modern	Bauhaus (W. Gropius) Villa Savoye (Le Corbusier) 60-as évek városi építészete, és a területtervezés high-tech épületek  Concordia Seminary Landscape, Columbus (D. Kiley) <sup>24</sup> (15. ábra)	individualizmus, funkcionális, a modern kor kifejezése, nukleáris család, gyors autonóm közlekedés, a design mint tudomány, költség-haszon elemzések, a művészet, tudományok, és az erkölcs elkülönülése
Posztmodern	Portland Épület (M. Graves) <sup>25</sup> Habitat for Humanity <sup>26</sup> Getty Center Garden (R. Irwin) <sup>27</sup> (16. ábra)	kontextualitás, környezetvédelem, polgári jogok, társadalmi felelősség, közösség, a fogyasztással élők és a gender kérdéseket is figyelembe vevő design, Új urbanizmus, élhető közösségek, elektronikus kommunikáció  a művészet, tudományok, és az erkölcs szétválasztása
Integrál	Eishen Campus, Japan (C. Alexander) Curitiba, Brazília zöld városa <sup>28</sup> (17. ábra)  öko-indusztriális parkok	teljesen rendszerszemléletű tervezés, mintázati nyelvek, a forma az árnyalást követi, a forma és a folyamat közötti kapcsolat, a hagyományos, modern és posztmodern aspektusok integrációja, a művészetek, a tudomány és az erkölcs újraintegrálása
Transzperszonális	Steiner Seminary, Jarna <sup>29</sup> , E. Asmussen <sup>30</sup> (18. ábra)  R. Steiner antropológiai szemlélete az építészetben <sup>31</sup>	a design az evolúció fejlődését facilitálja, a művészet, a tudomány és az erkölcs tudatos egysége, megvilágosodás, önmegvalósítás, csend és fény

14. ábra: A világnézetek, példákkal és a legfontosabb felmerülő szempontok (fordítás, DeKay, 2011, p 149)

<sup>24</sup> <http://tclf.org/sites/default/files/microsites/kiley-legacy/Concordia.html>

<sup>25</sup> <http://www.dezeen.com/2015/09/12/postmodernism-architecture-portland-municipal-services-building-michael-graves/>

<sup>26</sup> <http://www.habitat.org/>, <http://www.habitat.hu/> A Habitat for Humanity a világ 70 országában dolgozik azért, hogy minden ember egészséges, megfizethető, méltó otthonban élhessen. Adományok gyűjtésével, lakások építésével, és szakpolitika befolyásolásával segítik az otthonteremtést.

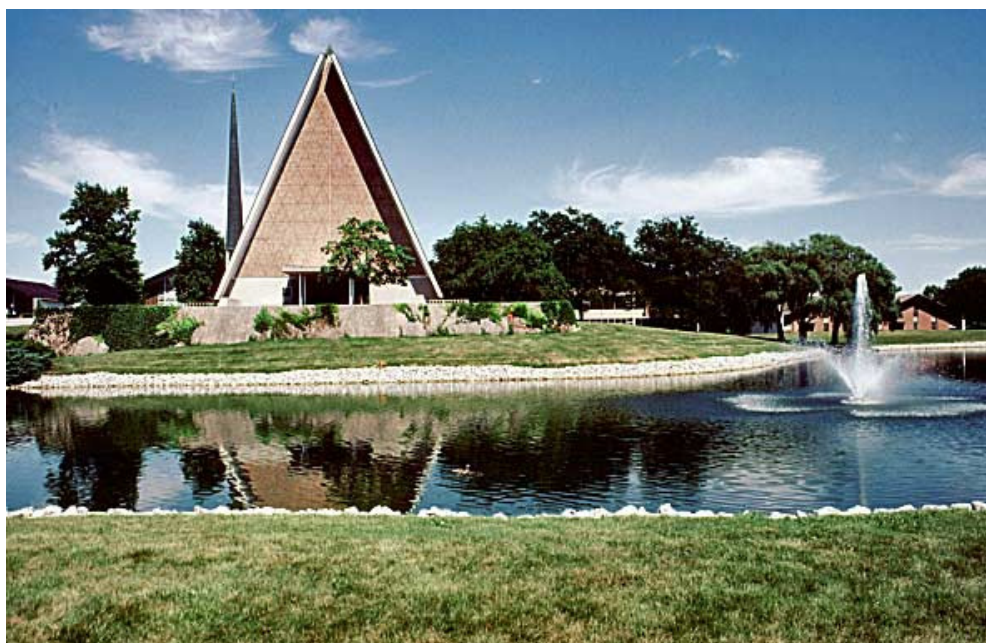
<sup>27</sup> <http://www.getty.edu/visit/center/gardens.html>

<sup>28</sup> <https://www.theguardian.com/cities/2016/may/06/story-of-cities-37-mayor-jaime-lerner-curitiba-brazil-green-capital-global-icon>

<sup>29</sup> <http://www.antroposofi.info/jaerna/ytterjaerna/>

<sup>30</sup> <http://www.asmussens.se/>

<sup>31</sup> <https://visionesse.wordpress.com/tag/rudolf-steiner/>



15. ábra: Modern tájépítészeti megoldás, Concordia Seminary Landscape, Columbus városa mellett<sup>32</sup>



16. ábra: A posztmodern Getty Center Garden<sup>33</sup>

---

<sup>32</sup> Forrás: [http://tclf.org/sites/default/files/microsites/kiley-legacy/assets/Concordia/Concordia8\\_Copyright\\_MaryAnnSullivan1999.jpg](http://tclf.org/sites/default/files/microsites/kiley-legacy/assets/Concordia/Concordia8_Copyright_MaryAnnSullivan1999.jpg)

<sup>33</sup> Forrás: [http://www.getty.edu/visit/images/gtc\\_2008-05-26spri0010\\_sm.jpg](http://www.getty.edu/visit/images/gtc_2008-05-26spri0010_sm.jpg)





17. ábra: Integrál szemléletű Curitiba városfejlesztésű projektje, a meghagyott és zöld felületekkel tarkított régi belváros<sup>34</sup>



18. ábra: Transzperszonális alapokon épült kultúrház Ytterjånban<sup>35</sup>

<sup>34</sup>

[https://i.guim.co.uk/img/media/9dcc16ae6d3986bb4b5912878f04e2084bce6f20/0\\_490\\_3264\\_1958/master/3264.jpg?w=1300&q=55&auto=format&usm=12&fit=max&s=b41ea266baaeec3218a2f2080feb2d1](https://i.guim.co.uk/img/media/9dcc16ae6d3986bb4b5912878f04e2084bce6f20/0_490_3264_1958/master/3264.jpg?w=1300&q=55&auto=format&usm=12&fit=max&s=b41ea266baaeec3218a2f2080feb2d1)

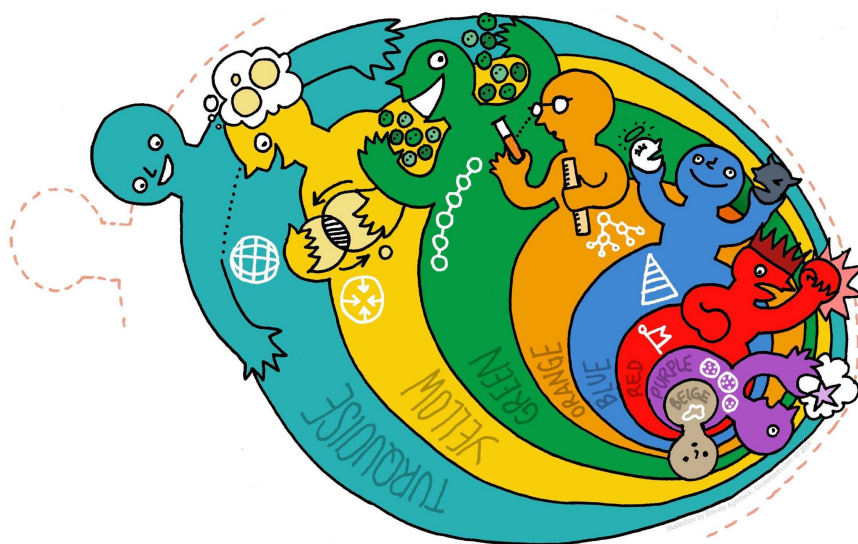
<sup>35</sup> Forrás: <https://visionesse.files.wordpress.com/2008/10/asmissen-kulturhusetjc3a4rna.jpg?w=300&h=224>

Forrás:

[https://visionesse.files.wordpress.com/2008/10/asmissen-](https://visionesse.files.wordpress.com/2008/10/asmissen-kulturhusetjc3a4rna.jpg?w=300&h=224)

Ahogy DeKay táblázatában is látszik, az integrál szinten jelenik meg az, hogy az előző szakaszokat nem elvetve, hanem azok értékeit integrálva történik a tervezés: ez az integrál szint óriási újdonsága a korábbi fejlődésekhez képest.

Az egészséges városi közösség részletesebb vizsgálatához az egyes szintekhez tartozó értékeket kell tüzetesebben szemlélnünk. A fejlődéstudományok szerint az egyik szintről akkor tudunk a következőre lépni, ha az alatta levő szintek igényeit betöltöttük, és megjelennek az olyan életkörülmények, melyek az új szinthez tartoznak. Nagyobb közösség egészséges működéséhez tehát mind a nyolc fejlődési szint igényeire megfelelő válaszokat kell adni. A 20. ábra követhető a szintekhez tartozó életkörülmények szervezőelve, azaz, hogy mi az amire az adott szinten igény van. A mellette levő oszlopban pedig azt látjuk, hogy ezek milyen konkrét formában jelennek meg, vagyis azon a szinten mit kell biztosítani, ahhoz hogy a végén az egész rendszer egyensúlyban legyen. A szintek egymásutániságában egy erős mintázat figyelhető meg: az individuum központú viselkedések kifejező szelfjeit mindig csoport központú viselkedés követi, melyet egy újabb önfeláldozó szelfjei vált fel a szintek előrehaladtával. A fejlődés során folyamatosan ingázunk az individuum igényei, és a csoporthoz kapcsolódás különböző formái között.



19. ábra: A spiráldinamikai szintek ábrázolása színekkel, az egymás után felmerülő szintek fő minőségeinek kifejeződésével<sup>36</sup>

<sup>36</sup> Forrás: <http://www.cruxcatalyst.com/wp-content/uploads/spiral-dynamic-image.jpg>

		Életkörülmények szervező elve	Kifejeződés
Kifejező szelf	1 bézs W1	túlélés egyéni biztonság és túlélés	alap-szükségletek, enivaló, öltözködés lakhatás
Önfelelődozó szelf	2 bíbor W2	összetartozás kapcsolatok, családi kapcsolatok, klán és törzsi szokások	legszorosabb kapcsolatokat adó rokoni és családi kapcsolatok
Kifejező szelf	3 piros W3	utasítás és kontroll egyéni kifejezés, élvezetek, személyes erő	féktelen energiájú öröm és élvezet a közösségben
Önfelelődozó szelf	4 kék W4	autoriter struktúrárend, autoritás, szabályok, törvények, alapszabályzatok, rendeletek, infrastruktúra	elköteleződés és rend az élet és a munka mellett, törekvés a nagyobb jó és a stabilitás felé, ezeket megalkotni és fenntartani
Kifejező szelf	5 naran cs- sárga W5	gazdasági sikerszervezet, hatékonyság, stratégiák, eredmények	nagyobb dolgok elérése stratégiai és tervezett célok kitűzésével
Önfelelődozó szelf	6 zöld W6	emberi egyenlőség közösség, sokszínűség, mátság elfogadása, egyenlő jogok	törődés és érzékenység mások irányába, egyenlőségi alapon, a sokszínűség ünneplésével
Kifejező szelf	7 sárga W6	rendszerrugalmasság és áramlás egész rendszerben gondolkodás, ökológiai kapcsolatok	rugalmasság, tudás és spontaneitás a közösség fejlődése érdekében
Önfelelődozó szelf	8 türkiz W6	planetáris közösség globális világnézet, közös világ felbukkanása	közösségi elemek melyek az egység és a globális tudatosság irányába hatnak

20. ábra: A komplexitás szintjei, a spiráldinamika szintjeit használva a Wilberi szintek megjelölésével kiegészítve (Hamilton, 2008, p 86, pp 210-211, 219, több táblázatból összeállítva)

## V. A VALYO-PART VIZSGÁLATA

“...we are far too complex and dynamic ever to be fully mapped!”<sup>37</sup>

### Előzmények – A Város és a folyó csoport és a Duna-part jelenlegi állapota

Az álmunk

2010-ben, városi aktivizmusban évek óta részt vevő négy emberrel alapítottuk meg a Város és a Folyó (Valyo) informális csoportot, hogy élhetőbbé és használhatóbbá tegyük Budapest köztereit, melyeket mindannyian naponta használunk. Egy lehatárolt és speciális területre akartunk fókuszálni, illetve mindannyiunk számára fontos volt a Duna, ezért a budapesti Duna-partot választottuk. 2010-ben azt tűztük ki célunknak, hogy összekapcsoljuk Budapest belvárosát legnagyobb természeti kincsével, a Dunával, hogy a folyó és a partja a közlekedés és turisztika mellett a helyi lakosok kikapcsolódását és a rekreációt is szolgálja. Ahogy nekünk, a többi városlakónak is csekély személyes tapasztalata és élménye volt a *belvárosi* Duna-partokról. A legtöbb lelkesedést abból merítettük, hogy a várost nekünk is kell alakítani, e nélkül nem kezdődnek el változások. Fontos előképünk volt a budapesti Critical Mass mozgalom<sup>38</sup>, ahol demonstrációk szervezésével éveken át a kerékpáros közlekedés fontosságára hívták fel a budapesti döntéshozók figyelmét. A Critical Mass tudományosan is alátámasztott elven alapul: amikor eléri az ugyanolyan egyéni mintázatok aránya a kritikus tömeget, 10-15%-ot, akkor lesz lehetőség működőképes rendszer létrehozására nagyobb léptékben is (Hamilton, 2008, pp 66-67).

Emellett személyes tapasztaltunk is volt, és tudományos kutatások sora is alátámasztja, hogy a nagy vízfelületek közelében tartózkodni, a víz színe, hangja és gazdagabb élővilága miatt pozitívan hat a lelki és testi egészségre (Völker, Kistemann, 2011). Ha leülünk egy vízpartra, és néhány percet nézzük a vizet, egyszerűen megnyugszunk. A belvárosi Duna-partokon ilyen területek nagyon kis számban találhatóak, a Duna gyakorlatilag nyomtalanul halad keresztül a városon, egy közlekedési, kereskedelmi és

<sup>37</sup> <http://integralcity.com/files/Spiral.flower.icity.pdf>

<sup>38</sup> [https://hu.wikipedia.org/wiki/Critical\\_Mass](https://hu.wikipedia.org/wiki/Critical_Mass)

turisztikai csatornára szűkülve. Az álmunk az volt, hogy mi és az itt lakók is kapcsolatba tudjanak lépni a Dunával, akár a belvárosban is, ezért az alábbiakban foglalmaztuk meg az elképzeléseinket:

Szeretnénk, ha az emberek tudnák használni a Dunát. Ha a város egy kapcsolódási pont lenne a vízhez, a természethez, ha az itt élők magukénak éreznék városukat és folyójukat, ha rákerülne az itt élők mentális térképére a Duna. Szeretnénk felülírni azt a képet, ami jelenleg a budapesti Duna-parton látható. Habár ezt az igényt már sokan megfogalmazták, de vagy nem vették figyelembe az autóval munkába járók érdekeit, vagy nagyon költséges terveket eszeltek ki a probléma megoldására (pl: autóforgalom víz alá terelése). Hisszük, hogy a munkába járók érdekeit szem előtt tartva, olcsó eszközökkel létrehozható jobb kapcsolat a Dunával. Miért ne lehetne kis forgalmú időszakokban (pl: nyári hétvégéken, ünnepnapokon) rendszeresen lezárni az egyik rakpartot?<sup>39</sup>

Ez az igény szerencsére a 2013-ban megfogalmazott Budapest 2030 városfejlesztési koncepcióban is felmerül:

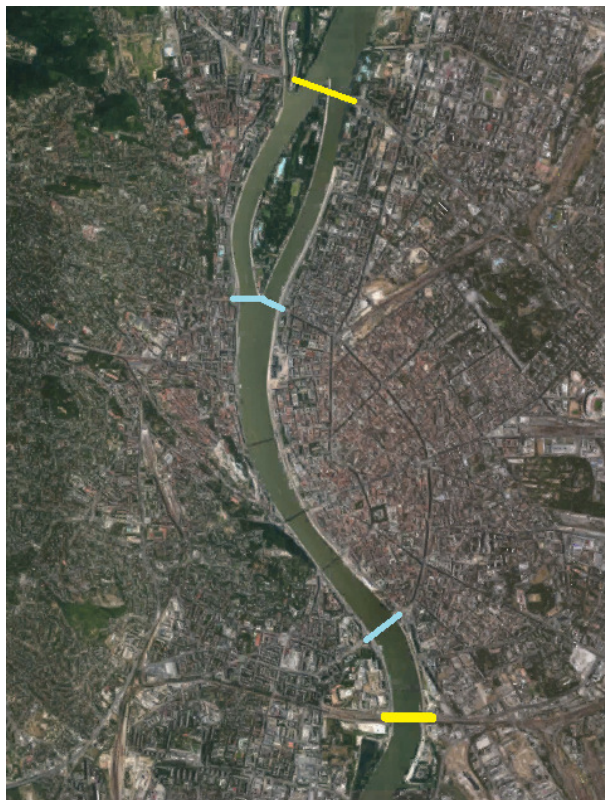
„A folyó és az ember közvetlen kapcsolata a városfejlődés során megszakadt, ezért a jelenleginél szorosabb integrálásra van szükség, az ember és a víz, illetve a folyó és a város szempontjából. A Dunát szigeteivel és partjaival a mindennapi élet különleges, ugyanakkor szerves részévé kell tenni, közösségi használatának növelése és erősítése stratégiai jelentőségű. ... A város és a Duna minél erőteljesebb, élő kapcsolatára azért van szükség, hogy az itt lévő, eszmei értékkel is rendelkező terület minél eredményesebb, színvonalasabb és szervezettebb részévé váljon Budapestnek., (Finta, 2013, p 108)

---

<sup>39</sup> Város és Folyó csoport belső dokumentuma, és <https://www.facebook.com/pg/valyovalyo/about/?tab=overview>

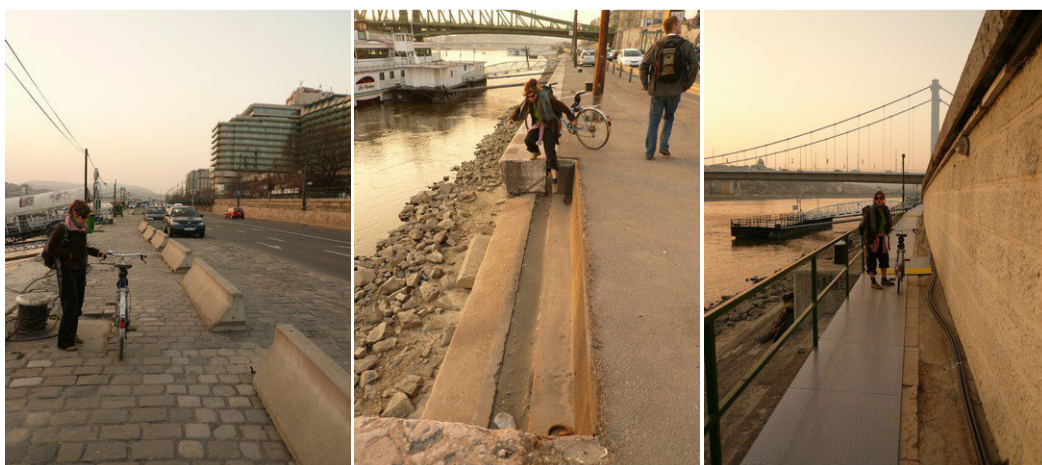
## A belvárosi Duna-partok

A csoport megalakulásakor elsősorban a Duna-part belvárosi szakaszával foglalkoztunk (21. ábra).



21. ábra: A budapesti Duna-parton a Valyo elsődleges célterületei 2010-12 között, északon az Árpád-hídtól délen a Rákóczi-híd (sárgával jelölve), illetve a részletesebben bejárt területek északon a Margit-híd és délen a Petőfi-híd által határolt partszakaszok. (Forrás: maps.google.com)

Az egyik első akciónk egy pesti rakparti bejárás volt, hogy az amúgy nehezen megközelíthető rakpartokról valós élményünk legyen. A gyalogos forgalom számára gyakorlatilag megközelíthetetlen a Duna-part, ha mégis sikerül közvetlenül a partra lejutni (22. ábra), akkor szmogos, zajos, gyalogusként balesetveszélyes területnek bizonyul.



22. ábra: A csoport első Duna-parti bejárása, négy óra alatt jártuk végig a Petőfi-hídtól a Margit-hídig a pesti Duna-partot 2011 áprilisában. Fotó: Tömör Miklós

A pesti oldalon a városszerkezeti adottságokból adódóan többféle partot is el lehetett különíteni. A Petőfi-híd és a Szabadság-híd közötti szakaszon a Nehru park óriási lehetőséget tartogatott, azóta a Valyo közreműködésével meg is újult<sup>40 41</sup>. Emellett az akkor még teljesen kihasználatlan rész, a Bálna körüli szakasz is megtelt élettel az elmúlt években<sup>42</sup>. A Szabadság híd és a Margit híd közötti szakaszon átveszik az autók az uralmat a rakpart felett, és a keskeny vízvédelmi lépcsőkre, falakra és lejárókra szűkül a gyalogosok lehetősége (22. ábra). Erre a szakaszra 2015 őszén szintén pályázatot írt ki a fővárosi önkormányzat és kiválasztotta a nyertes pályaművet<sup>43</sup>. A pályázatra a Valyo csapata is nyújtott be javaslatot<sup>44</sup>, jelen szakdolgozat kutatási eredményeit is felhasználva. A pályázat nem nyerte el a főváros tetszését, pedig az egyik legfontosabb javaslati elem a Belgrád rakpart átalakítása volt jól használható, árvízbiztos, széles zöldfelületté. 2011 tavaszán a budai rakparton is tartottunk bejárást. Ezen az oldalon a rakpart még kevésbé változatos, mint a pesti oldalon, gyakorlatilag végig az árvízvédelmi lépcsők (23. ábra) jelentik az egyetlen megközelíthetőséget a gyalogosok számára, és a közlekedési útvonalak elterelése sem olyan könnyen megoldható, mint a pesti oldalon.

<sup>40</sup> <http://budapest.reblog.hu/tudja-mi-lesz-a-nehru-park-legerosebb-es-leggyengobb-eleme>

<sup>41</sup> <http://epiteszforum.hu/a-nehru-park-egy-sokszereplos-tervezesi-folyamat-eredmenye-finta-sandor>

<sup>42</sup> <http://www.balnabudapest.hu/cikk/i-budapesti-duna-parti-piknik-a-balnaban>

<sup>43</sup> <http://metamorfozisok.blogspot.hu/2015/12/belathato-kozelsegben-duna-pesti.html>

<sup>44</sup> <http://valyo.hu/portfolio-item/rakpark-palyazat/>



23. ábra: A budapesti Duna-part budai rakpartja 2015 januárjában. A képen már látható a Valyo Mobil Szaunája, ami a Duna-part téli használatát hivatott népszerűsíteni. Fotó: Nagy Tomi

Az Árpád híd és a Rákóczi híd közötti szakaszon a Margitsziget a legnépszerűbb városi közparkként tölt be a város életében kiemelkedő szerepet mint rekreációs és zöldfelület, mely éppen a népszerűsége következtében igen jelentős terhelésnek van kitéve<sup>45</sup>. Egy, a XIII. kerületben végzett közvélemény kutatás szerint a Margitszigetet a kerületi lakosok 16-17%-a látogatja, bő harmada pedig havi rendszerességgel<sup>46</sup>, elsősorban fiatalok és diplomások.

Rendezvények: kapcsolódási pontok

A Duna megközelíthetlensége miatt olyan pontokat kerestünk a belvárosi szakaszon, ahol a beton- és benzingöz falakon réseket lehet ütni az emberek, a város és a folyó között. Ezekre a helyszínekre szerveztünk eseményeket. Első rendezvényünket a Duna 2011 januári áradásakor szerveztük, a víz közelsége remek alkalmat nyújtott, hogy akár extrém körülmények között is, spontán módon a vízpartra trombitáljunk majd' száz embert.

<sup>45</sup> [http://budapest.hu/Documents/margitsziget\\_fejlesztési\\_koncepcio.doc](http://budapest.hu/Documents/margitsziget_fejlesztési_koncepcio.doc)

<sup>46</sup> <https://www.kozszolgaltato.bp13.hu/letoltes/20160327-angyalzold-kozparki-kozvelemenykutatas-2014.pdf>



## Kacsakőbajnokságok ad-hoc helyszíneken



24. ábra: 2. Nemzetközi kacsakődobó bajnokság grillezéssel a Viza fogónál, 2012. május

Fotó: ismeretlen

Tucatnyi kacsakőbajnokságot rendeztünk az elmúlt években a Margitsziget alacsony vízálláskor kilátszó déli csücskén, az id. Antall József rakparton, a Valyo parton, a BME előtti rakpart szakaszon, a Bánki tavon.

#### Dunatanösvény – a feltérképezés fázisa

2011 nyarán a Duna mindkét partján végighúzódó, egész nyáron működő Dunatanösvényt<sup>47</sup> működtettünk, mely 15 táblával a Dunáról nyújtott történeti és aktuális információkat. Ennek volt az egyik állomása a Belgrád rakparton a Stég. A Stégen közösségi építkezés keretében padokat állítottunk fel, szponzoroktól kaptunk fákat és növényeket, és a Mahart közreműködésével nyitottunk meg egy amúgy lezárt pontonhajót, nappali használatra. A Stég jelentősége az volt, hogy egy amúgy lezárt területet használatba tudtunk venni, és azon közösségi programokat szervezni. A tanösvénynek még két pontján voltak installációk, a többi helyen információs táblák, melyeket úgy helyeztünk el, hogy néhányat könnyen, néhányat kifejezetten nehezen lehessen megközelíteni, felhívva a figyelmet a rakparti állapotokra.

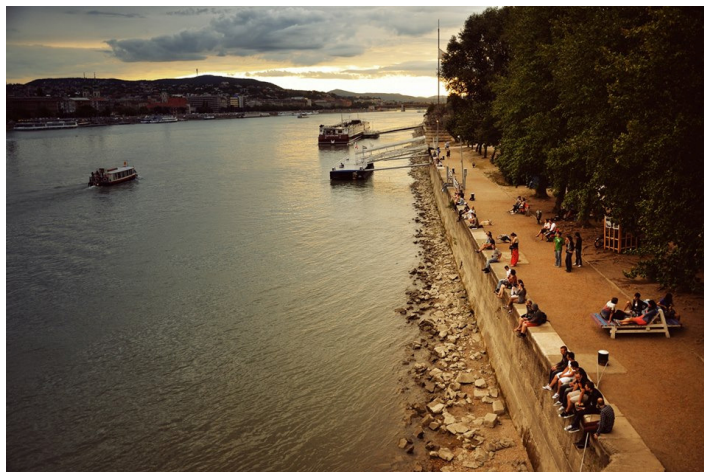
<sup>47</sup> <https://www.facebook.com/dunatanosveny/?fref=ts>



25. ábra: Stég, a Dunatanösvény kiemelkedő pontja egy pontonon, 2011. június Fotó: ismeretlen

Egy helyre koncentráljuk az erőinket – Valyo Part

2011-ben szemeltük ki a Lánchíd pesti hídfőjének északi oldalán fekvő kis, homokkal borított fás területet (26. ábra). Az itt folyó munkánkra mint közösségi termegújítási folyamatra tekintünk, és 2014-ig voltunk aktívan jelen ezen a területen, ami a jelenszakdolgozat vizsgálatául is szolgál. A mottónk a területtel a következő volt: „Játssz! Pihenj! Élvezd a teret! Éld meg a Duna-partot! Tekints rá sajátodként!”

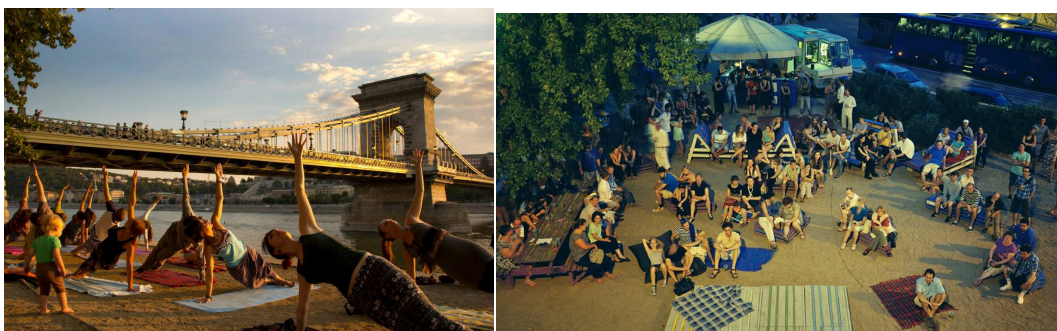


26. ábra: Duna-part a Valyo-Partnál. Ülnek a parton és a padokon a budapestiek.

Fotó: Zombori Balázs

2011-ben, első alkalommal, a helyszín adottságaihoz alkalmazkodó szabadidős játékokat gyűjtöttünk össze (tollas, pétanque, backgammon, malom, kacsakódobás, tengő, óriás-sakk, kötélhúzás, kő-papír-olló, stb.). A part elkezdett élettel megtelni, viszont sok hiányosságot fedeztünk fel a használat során. 2013-ben már a korábbi

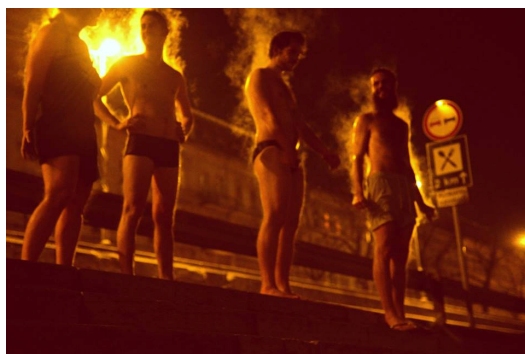
tapasztalatok alapján fejlesztettük tovább a teret: lett WC és bútorszigetek, több tucat közösségi programot szerveztünk (27. ábra). 2014-ben a parton a Beton workshop és a Valyo együttműködésében állítottuk fel a Duna-part első közkútját, és még több bútor került a partra. A programok az irodalom/elektronikus zene, foci/nemzetek konyhája, gyerekprogramok/koncertek (27. ábra) tematikák köré szerveződtek. A terület mikroklímájából adódóan napközben és esténként néhány száz embernek nyújtott felüdülést a meleg városban. 2015-ben nem adtak ki a területre engedélyt, ezért a további rendezvényeink elmaradtak.<sup>48</sup> 2016-ban a Pontoon<sup>49</sup> nevű hely kapott öt évre szóló engedélyt a területre: a hely feléledt és használatban van.



27. ábra: Jóga a Valyo Parton 2013. augusztusban, és a több hetes Valyo Part fesztivál 2014 nyarán Fotó: Varga Dávid és Zombori Balázs

#### Télen sem áll meg az élet – Szauna

A Valyo 2013 óta minden télen kísérletet tesz a partszakaszok téli hasznosításra: egy mobil szaunával vártuk a vendégeket, így hidegben is vonzó programot nyújtanak a Duna-parti területek.



28. ábra: Szaunázók gőzölögnek az Angelo Rotta rakparton, 2015. március. Eddig szokatlan helyen, módon és időben használják a Duna-partot. Fotó: Nagy Tomi

<sup>48</sup> <http://valyo.hu/portfolio-item/part/>

<sup>49</sup> <http://phenomenon.hu/szorakozas-es-kultura-a-lanchid-labanal-bemutatkozik-a-pontoon/>

## A vizsgált terület – Valyo Part

A dolgozatban vizsgált terület a 21. ábra jelölt Duna-parti szakasz budai és pesti oldala az Árpád-hídtól a Rákóczi-hídig, és a 2012 és 2014 között Valyo Partnak<sup>50</sup> nevezett rakpartrészt (29. ábra), mely a Lanchíd pesti hídfőjének északi oldalán található. A Valyo Part egy olyan, a belváros szívében fekvő terület, ahol lehetőségünk volt néhány hétre megmutatni és a megvalósítással kísérletezni, hogy milyen tereket szeretnénk a belvárosi Duna-parton.



29. ábra: A Valyo-Part területe. Forrás: google maps

Mint a korábbi fejezetben láthattuk, az integrál és transzperszonális városalakítási folyamatok egyik fontos tulajdonsága, hogy egyre nagyobb területeket von be egy helyszín tervezésébe, és minél szélesebb körben a környezetével együttesen értelmezi a helyszíneket. A szakdolgozat keretei miatt viszont pont egy ezzel ellentétes irányú folyamaton megyek végig, és a témát minél jobban lehatárolom. Ebből kifolyólag a kutatás mélysége, komplexitása korlátozott, így a levont következtetések is.

---

<sup>50</sup> <http://valyo.hu/portfolio-item/part/>

## Hipotézisek

A közel ötévnyi duna-parti jelenlét, személyes tapasztalat, a négy kvadráns modell, a wilberi szintek és városkutatókkal végzett interjúk alapján, illetve a szakdolgozat terjedelméhez igazítva az alábbi vizsgálandó hipotéziseket állítottam fel. Mivel egyéni kérdőívek kitöltésére volt lehetőségem, ezért elsősorban az egyéni aspektusokat vizsgálom a szakdolgozatban. Mivel az egyéni, belső, BF kvadránsokról van általában a legkevesebb információ, ezért az első két hipotézisem ehhez kapcsolódó állításokat fogalmaz meg: a Dunához és a rakpartokhoz kapcsolódó szubjektív asszociációkat (H1, H2) vizsgálom. A harmadik hipotézisem az egyéni, külső, JF kvadránsokhoz kapcsolódik, az emberek aktivitását vizsgálom a rakpartokon (H3). A negyedik hipotézisemben pedig egy konkrét területre a wilberi szintek, és a spiráldinamika alapján megjelenő egyéni és közösségi igényeket (H4) vizsgálom.

1. A Dunához pozitív asszociációk kapcsolódnak.
2. A jelenlegi rakparthoz (Árpád-híd és Rákóczi-híd közötti) negatív asszociációk kapcsolódnak.
3. A belvárosi Duna-partokat az emberek ugyanolyan szabadidős tevékenységekre használják, mint a várost.
4. A Valyo Parton a wilberi szintek alapján meghatározott igények mindegyike ugyanolyan mértékben elégítette ki az adott szinthez tartozó igényeket.

## Kutatási módszertan

A hipotézisek felállításával párhuzamosan készítettem egy kérdőívet, az alábbi folyamat során:

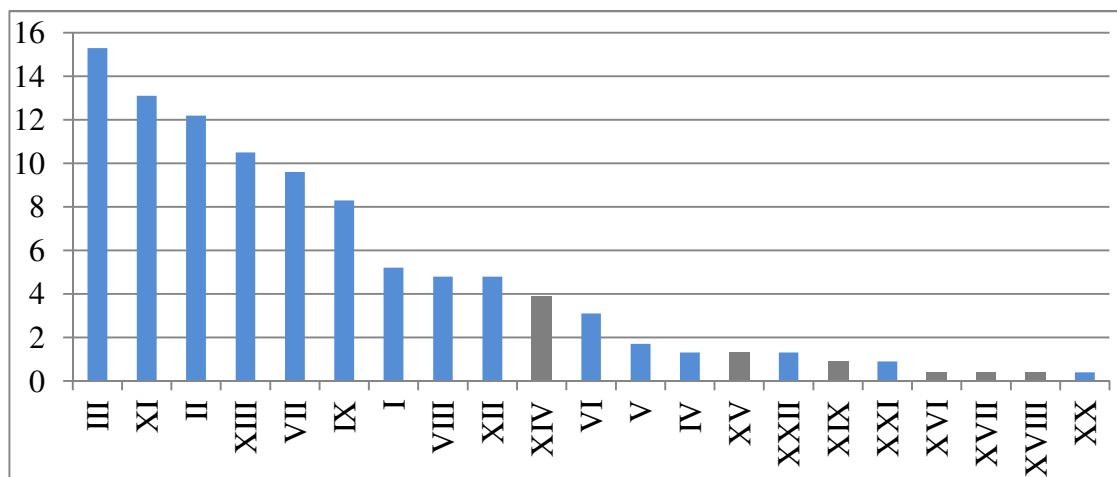
1. Tudományos mélyinterjúk Jelinek Csabával és Juhász Judittal városkutatás témakörében, a városi térhasználatról, Kun Zsuzsannával a statisztikai módszertanról.
2. Interjúk szakértői csoporttal: a Valyo csoport tagjaival átbeszéltük a kérdőívet, hogy minden szempont érthetően megjelenik-e.
3. Kérdőív elkészítése.
4. 10 darab tesztkérdőív kitölttetése 2015. április 1. és 9. között.

2015. április 9. és 27. között folyt az online kérdőíves felmérés, melyet 246-an töltöttek ki. A kérdőívet a Facebook segítségével a saját, a Város és a Folyó, és a *Maradjanak a Fák a Rómain* oldalakon, illetve az Integrál Akadémia levelezőlistáján osztottam meg. A kitöltés önkéntes alapú volt. A kitöltők csoportja nem reprezentatív, feltehetően a Város és Folyó és a *Maradjanak a Fák a Rómain*-csoport kedvelői közül kerültek ki. A megkérdezettek az 3. mellékletben található kérdőívet töltötték ki. Az adatokat az SPSS program segítségével elemeztem ki.

## Eredmények

### A megkérdezettek

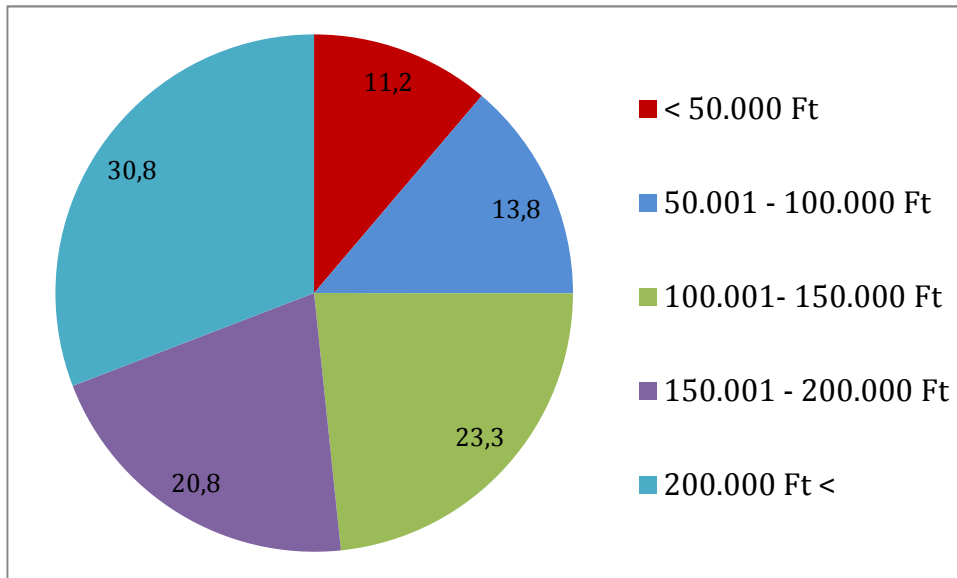
246 fő vett részt a kutatásban, 17 és 71 éves kor közöttiek, átlag életkoruk 32,6 év, 45% férfi és 55% nő. A kitöltők 98%-a Budapesten és agglomerációjában lakik jelenleg. 92,7%-uk Duna-parti kerületekben, vagy a Duna-parthoz nagyon közel lakik (30. ábra). A kitöltők átlagosan 10-15 perc alatt érik el a Dunapartot munkahelyükről, iskolájukból és lakóhelyükről, ez a minimális fél perc és a maximális egy óra közötti értékekből jött ki.



30. ábra: A budapesti kitöltők %-os aránya kerületi lakhely szerint. Kékkel a Duna-parti kerületek, és a körúton belüli, vagyis távolságban nagyon közeli kerületek (VI, VII, VIII), szürkével pedig a Duna-partok nélküli, valóban távoli kerületek vannak jelölve.

A kitöltők 68,3% rendelkezik egyetemi diplomával, 14,6%-a megkérdezéskor felsőoktatási intézményben tanult, 13,4% -a rendelkezett középiskolai végzettséggel. A

megkérdezettek 53,7%-a alkalmazott, 15,4%-a diák, 15%-a pedig vállalkozó. A 31. ábra látszik, hogy a megkérdezettek 51,6%-ának 150.001 Ft feletti a havi nettó jövedelme.



31. ábra: A megkérdezettek havi nettó jövedelme százalékos megoszlásában

Összességében a megkérdezettek képzetesebbek, mint az országos átlag, hiszen a diplomások aránya az országban 24% körül<sup>51</sup> volt 2015-ben, a mintánkban pedig 68,3%. Az átlagos jövedelem az országban 155.000 Ft körül, Budapesten pedig 200.000 Ft volt 2015-ben<sup>52</sup>, ez alapján nagyjából az átlag körül mozog a megkérdezettek jövedelme, bár a legnagyobb csoportról a 200.000 Ft feletti keresőkről nincs információnk, hogy ez pontosan mekkora összeget takar.

### **H1 és H2: A Dunához pozitív asszociációk kapcsolódnak, a jelenlegi rakparthoz (Árpád-híd és Rákóczi-híd közötti) negatív asszociációk kapcsolódnak**

Az asszociációkat először helyesírás szempontjából javítottam (egybeírások, ékezetek, kötőjelek, betűkihagyások), a hosszabb magyarázó megjegyzéseket kihúztam, majd online szöveg analízáló program<sup>53</sup> segítségével elemeztem. A Dunával kapcsolatban összesen 384 szót említettek, a rakparttal kapcsolatban pedig 373-at. A leggyakrabban említett szavakat a 32. ábra és a 33. ábra illusztrálja. Az összes megemlített szó listája, és az említések száma a 1. mellékletben található.

<sup>51</sup> <https://www.ksh.hu/docs/hun/xftp/idoszaki/mo/mo2015.pdf>

<sup>52</sup> [http://www.ksh.hu/docs/hun/xstadat/xstadat\\_evkozi/e\\_qli030.html](http://www.ksh.hu/docs/hun/xstadat/xstadat_evkozi/e_qli030.html)

<sup>53</sup> <https://www.online-utility.org/text/analyzer.jsp>





A szavakat egyesével vizsgálva -1, 0, +1 előjellel láttam el, az alapján, hogy negatív, semleges, vagy pozitív töltettel járnak (pl. koszos, büdös, szürke, fekete -1, híd, rakpart, víz 0, gyönyörű, nyugodt, szabad, zöld, kék +1). Ez nyilvánvalóan egy a saját szemszögemen át szűrt csoportosítás, a színeknél például próbáltam a közmegegyezésen alapuló vidámabb színeket pozitívba tenni, a szomorúbb színeket pedig a negatívba. Azt, hogy melyik szót milyen előjellel illetttem, a munkadokumentumaimban fellelhető.

		DUNAI_SZAVAK_ATLAG	RAKPART_SZAVAK_ATLAG
N	Valid	244	245
	Missing	2	1
	Mean	<b>,4370</b>	<b>-,1045</b>
	Std. Deviation	,57011	,73115

A Dunára asszociált szavak átlaga ezek alapján 0,437, a rakpartoké pedig -0,1045. Az látszik az értékelésből, hogy a Dunára egyértelmű tendencia mutatkozott a pozitív tartomány irányába. Demográfiai tényezők (férfiak és nők) mentén szignifikáns eltérésű válaszadásokat találtam. A férfiak asszociációiból 0,353 átlag adódott, míg a nőkéből pozitívabb 0,506. A rakpart esetében az összes szó átlaga alacsony értékkel esik a negatív tartományba, -0,1045. A rakpart esetében az asszociált szavak hovatarozása nagyobb szórást mutat, mint a Duna esetében, tehát ez a semleges közeli érték magasabb szórásból jön össze (SD 0,73), vagyis vannak, akik nagyon negatívan, és vannak, akik kifejezetten pozitívan asszociáltak a rakpartól. Itt nem találtam szignifikáns eltérést a nők, és a férfiak asszociációi között.

		Jartál 2014 nyarán a Valyo Parton?	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
DUNAI SZAVAK ÁTLAG	igen		,5201	,52330	,04391
	nem		,3212	,61353	,06075
RAKPART SZAVAK ÁTLAG	igen		-,0098	,77226	,06481
	nem		-,2350	,65167	,06421

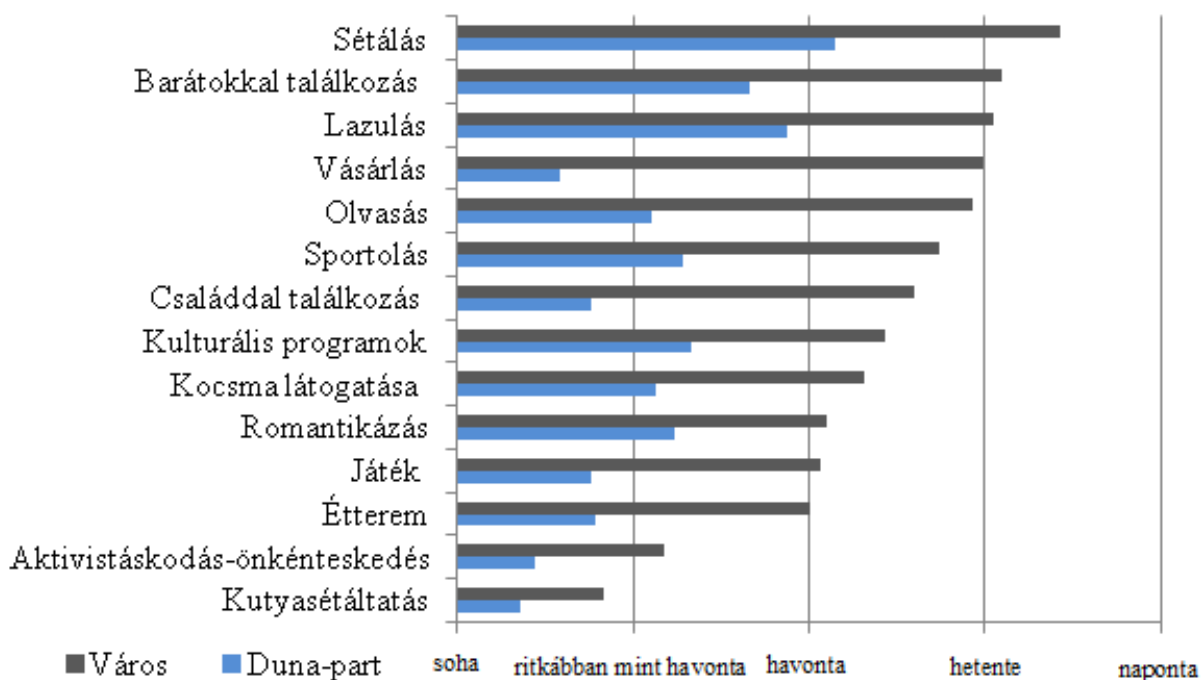
A Dunához kapcsolódó szavaknál szignifikáns eltérést találtam a Valyo parton járó és nem járó csoportok között. Valyo parton járók pozitívabb asszociációkkal rendelkeztek a Dunáról (0,5201), mint akik nem jártak (0,3212). A rakparti szavaknál is kimutatható az eltérés a két csoport között, a Valyo parton járók közel a semleges zónában asszociáltak a partról (-0,0098), míg a nem járók negatívabban (-0,235), de ez az eltérés

nem szignifikáns. A Valyo Parton járók egyébként gyakran asszociáltak a rakparttal kapcsolatban a Valyora, amit semleges töltetű asszociációnak vettem.

### H3: A belvárosi Duna-partokat az emberek ugyanolyan szabadidős tevékenységekre használják, mint a várost

Az a feltevés, hogy a budapesti rakpartoknak, legalább is egyes szakaszainak az itt lakók szabadidejének eltöltéséhez kell teret nyújtania. Ezért azt vizsgáltam, hogy a megkérdezettek mivel töltik a városban a szabadidejüket, illetve milyen gyakran használják jelenleg a Duna-partokat, és aki járt a Valyo parton, az hogyan használta. Szabadidő alatt a nem alvással, munkával, tanulással töltött időt, város alatt pedig a nem a saját, barát, vagy rokon lakásában lévő helyszíneket, köztereket tekintjük a város területén belül. A közlekedésre lehetőséget adtam, hogy szabadidőnek értelmezhesék a megkérdezettek, hiszen ez egyéni megoldásokkal akár szabadidőnek is használható, olvasás a tömegközlekedési eszközökön, edzéseként kerékpározás.

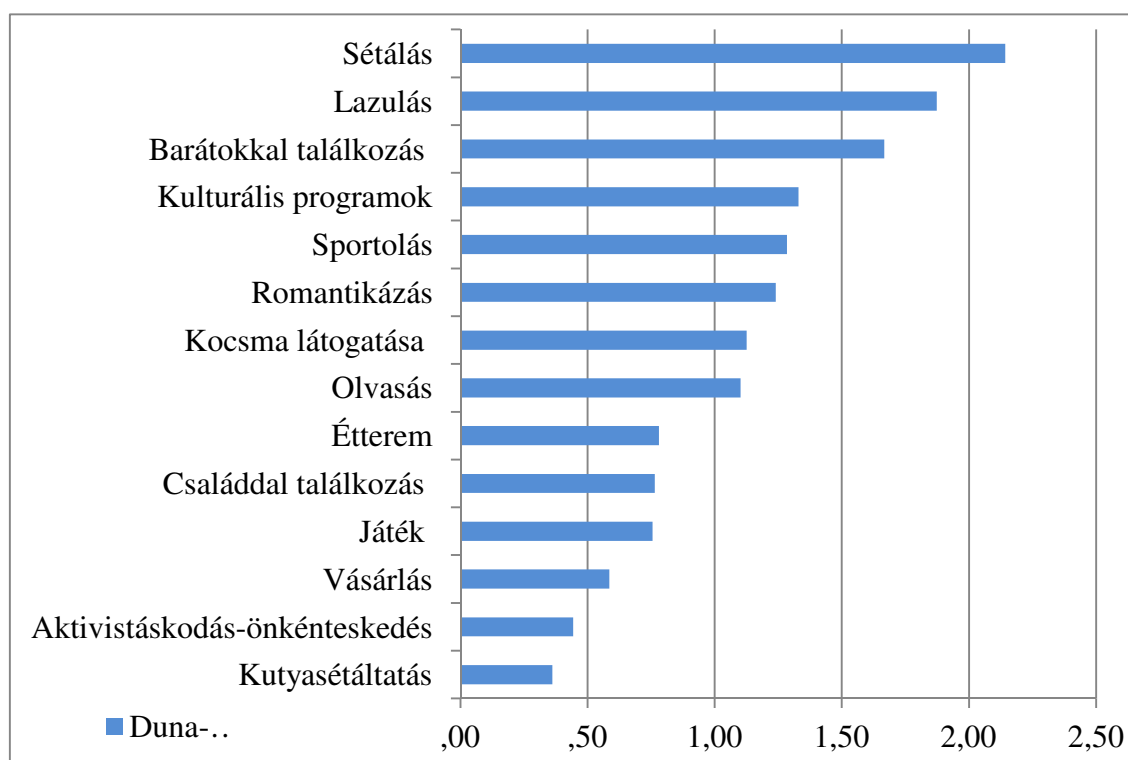
Hétköznap átlagosan naponta 2 óra, hétvégén 4,6 óra szabadidejük van a megkérdezetteknek.



34. ábra: A városban és a Duna-parton szabadidős tevékenységek, átlagosan milyen gyakran végzik a megkérdezettek.

A 34. ábra látható adatok értelmezése a következő: ha minden megkérdezett naponta sétálna a városban, akkor az oszlop a naponta részig tartana, a sétálás esetében az oszlop hossza azt jelenti, hogy legtöbben hetente és naponta közötti gyakorisággal sétálnak.

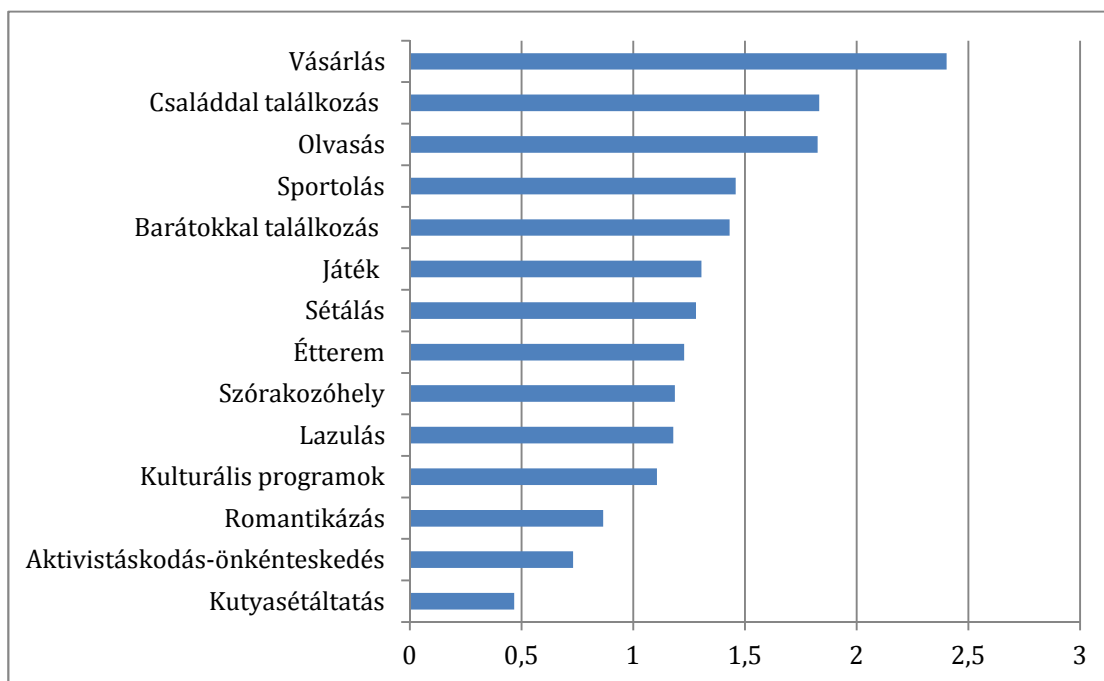
A 34. ábra is látszik, hogy a Duna-partot minden esetben legalább egy időbeni nagyságrenddel ritkábban használják a megkérdezettek, a városban a legtöbben hetente sétálnak, a Dunapartokon pedig havonta. A 34. ábra és a 35. ábra látszik, hogy az első három leggyakoribb tevékenység ugyanaz a városban és a rakpartokon: sétálás, barátokkal találkozás, lazulás. A legnagyobb eltérés a vásárlásnál látható, ez a funkció teljesen hiányzik a partokról. A Fővám téri vásárcsarnok, illetve a Vízivárosban régebben piac üzemelt a partokon, ez a funkció a teherszállítás és a vásárlási szokások átalakulásával teljesen eltűnt a partokról.



35. ábra: A Duna-parton levő szabadidős tevékenységek, átlagosan milyen gyakran végzik a megkérdezettek : 2 havonta, 1 ritkábban mint havonta, 0 soha

A városban és a Duna-parton is a játék és a kutyasétáltatás mutatta a legnagyobb szórást, vagyis az aktivitás gyakorisága távoli értékekből adódott össze. A kutyasétáltatásnál ez egyértelmű, hiszen akinek van kutyája, az gyakran sétáltatja, akinek pedig nincs ott a soha a releváns válasz, ez alapján a kutatásból tulajdonképpen

azt tudtuk meg, hogy mennyi kutyatulajdonos töltötte ki a kérdőívet. A játék esetében érdekesebb a nagy szórás, ezek szerint vannak, akik rendszeresebben, gyakran játszanak köztereken, illetve egy tág határok között, ritkábban játszó társaság.

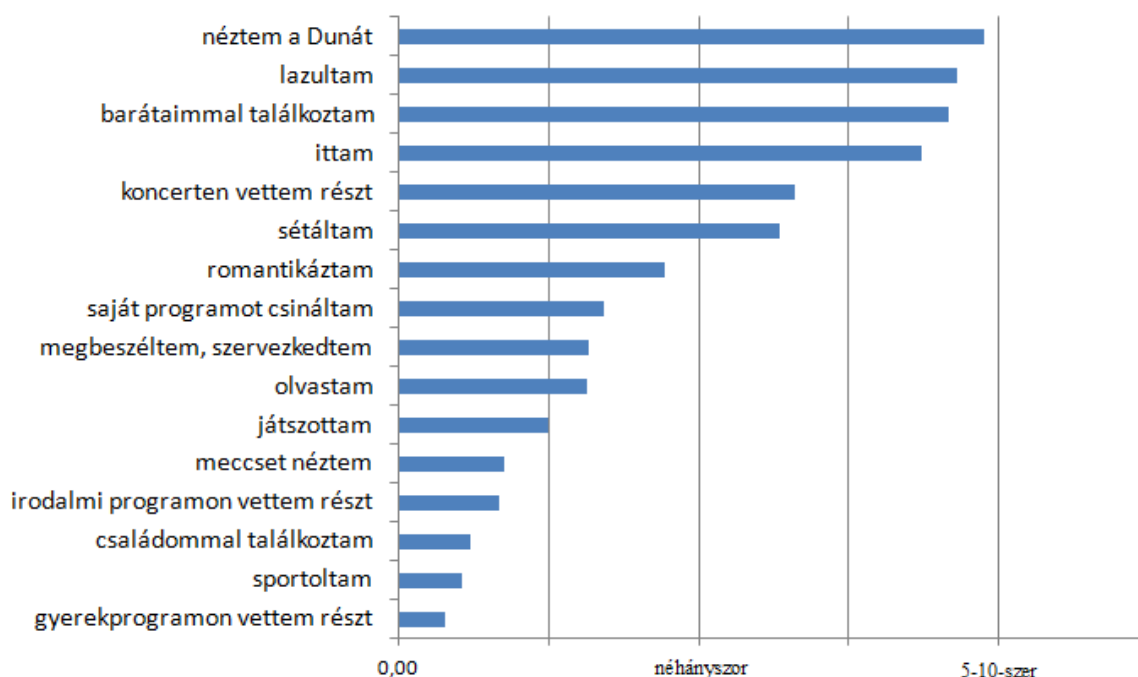


36. ábra: A városban és a rakparti területen végzett tevékenységek közötti különbség, az egy egység az egy időbeli nagyságrendnyi különbséget jelent

A két terület használatát összehasonlítva (36. ábra), azt találjuk, hogy három tevékenységet leszámítva (kutyasétáltatás, aktivistáskodás, romantikázás) egy nagyságrenddel nagyobb az eltérés, a vásárlásánál pedig két nagyságrendnél is nagyobb, a felfebb említett okok miatt, hogy egyáltalán nincs jelen ez a funkció a partokon. A kutyasétáltásnál kicsi a különbség, mivel eleve alacsony volt a kutyasétáltatás gyakorisága a városi mintában is, viszont aki sétáltat kutyát, az a városban és a parton is teszi, persze azért kevesebbszer. Az önkénteskedésre hasonlóan jellemző, hogy amúgy is kevesen folytatnak ilyen tevékenységet, tehát alacsony érték jött ki rá. A romantikázás a városban a 10. helyen, a rakparton pedig a 6. helyen szerepel, és a különbségük is egy nagyságrendnél kisebb. A kutatás egyértelműen nem mutat rá, de a rakpartok klasszikus romantikázós helyszínek, ezért közelítheti meg az átlagos városi értéket.

Akik jártak a Valyo Parton 2014-ben, azokat megkérdeztem, hogy a megadott tevékenységeket (37. ábra) milyen gyakran csinálták. Mivel a Valyo Part leghosszabb

időtartamban három hétig működött, ezért a gyakoriságokat itt megváltoztattam, a soha, néhányszor, 5-10-szer, és a több mint 10-szer közül lehetett választani. A 37. ábra láthatóak az eredmények. A korábbiakban legtöbbször megjelölt aktivitások közül (lazultam, sétáltam, barátokkal találkoztam) tevékenységek közül a lazultam, és a barátaimmal találkoztam a Valyo Part esetében és az első három leggyakoribb tevékenységek között van. A legtöbbet megjelölt aktivitás a helyszín jellegéből, és feltehetően a tevékenység egyszerűségéből adódóan a Duna nézése lett. A sétálás itt kisebb gyakorisággal jelent meg, hiszen a helyszín méretéből fakadóan erre nem nagyon volt lehetőség, helyette a kocsmába járásnak megfelelő ittam tevékenység került előbbre – hiszen egy büféről beszélünk. A Valyo Part esetében rákérdeztem a konkrét szervezett program elemekre is, ezek közül, és az amúgy is legnagyobb számú program a zenei programok voltak, a koncerteken való részvétel került a gyakoribb tevékenységek közé.



37. ábra: A Valyo parton járók milyen gyakorisággal végezték a megadott tevékenységeket

A meccsnézés (ekkor volt a világbajnokság, ezért erre nemzetek konyhája főzéssel egybekötött programot szerveztünk), irodalmi programok, sportolás, gyerekprogram az egy-egy alkalmas részvételeket jelenti átlagosan. Érdekes, hogy a szervezett programoknál magasabb gyakoriságot mutatott az a megbeszéltem, szervezkedtem, illetve saját programot csináltam tevékenység. A hely egyik célja volt, hogy itt ne csak a

szervezők tudjanak programokkal előállni, hanem az idejárók is használják saját programjaiknak, ezek szerint átlagosan több ilyen tevékenységen vettek részt a megkérdezettek, mint a Valyo Part által szervezett programokon, a koncerteket leszámítva. Ennek nagyon örülük!

Összességében tehát kijelenthető, hogy ugyanazok a vezető szabadidős tevékenységek a városban és a rakpartokon, csak a rakpartokon mindent kevesebbszer csinálunk, illetve a konkrét helyszínen a Valyo parton is a lazulás, levés, közvetlen baráti körrel való együttlevés a legfontosabb szabadidős tevékenység. A legnagyobb eltérést mutató funkció a vásárlás, melyek jelenleg a plázákba koncentrálnak a városban, ilyen terek megjelenése nem biztos, hogy a kívánt irány a rakpartok fejlesztésénél, viszont a családdal, barátokkal való találkozás, olvasásra használt terek, tehát az olyan terek, amit gyakran használunk, amit szinte otthonunknak érezzük hiánya óriási a partokon. A negyedik helyen pedig a sportolás áll, amire amúgy nagyobb igény lenne, de nincsenek hozzá megfelelő terek a rakparton.

#### **H4: A Valyo Parton a wilberi szintek alapján meghatározott igények mindegyike ugyanolyan mértékben elégítette ki az adott szinthez tartozó igényeket**

A megkérdezettek 75%-a hallott a Valyo partról, és 58% járt is 2014 nyarán a Valyo Parton. A Valyo partra vonatkozó kérdéseket csak azok a kitöltők látták, akik igennel válaszoltak arra a kérdésre, hogy jártak-e a parton. Ezek alapján megkérdezettek 53,1%-a (131 fő) értékelte a Valyo partot átlagosan 8,53-asra a 10-es skálán. A legkisebb, egyszer adott érték a 3-as volt. 6 vagy annál kisebb pontszámot összesen 7% adott.

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	3	1	,4	,8	,8
	5	5	2,0	3,8	4,6
	6	3	1,2	2,3	6,9
	7	22	8,9	16,8	23,7
	8	27	11,0	20,6	44,3
	9	29	11,8	22,1	66,4
	10	44	17,9	33,6	100,0
	Total	131	53,3	100,0	
Missing	System	115	46,7		
Total		246	100,0		

A Valyo part elemzését két féle módszerrel végeztem, egyrészt előre megadott állításokat értékelték a megkérdezettek, másrészt pedig nyitott kérdésben is válaszolhattak, hogy mi tetszett és mi nem tetszett a Valyo parton.

Az értékelendő állításokat a Valyo part tapasztalatai alapján összeállított kritérium rendszerből (2. melléklet) gyűjtöttem össze. Ezt a kritériumrendszert a Valyo csoport tagjaival közösen készítettük, elsősorban brainstorming technikával, összeszedtünk minden olyan szempontot, ami szerintünk a legélhetőbbé és használhatóvá, és fenntarthatóvá tesz egy helyszínt, mitől működik egy helyszín illetve közösség (38. ábra), és ezek közül kiválasztottam azokat, melyekre volt befolyásunk a rövid távú üzemeltetés során is:

Human comfort index megfelelő (árnyékolás, esővédelem)

A helyszín infrastruktúrája hosszas tartózkodásra alkalmas: ivóvíz, WC.

A helyszín pénzügyileg fenntartható: szolgáltatásai által önfenntartó vagy a település vezetésével hosszú távú megállapodásban áll a helyszín pénzügyi fenntartásáról.

Bárki számára elérhető ingyenes WC és mosdó.

Minden használó számára elérhető – gazdasági (magas árak), humán (kidobó ember) és építészeti (kerítés) eszközökkel sem korlátozza a részvételt.

Ingyenes programokat is nyújt.

Társas interakciót segítő területkialakítás.

Ár érték arány megfelelő (szolgáltatások minősége magas, az árak minél alacsonyabbak).

Elérhető szolgáltatások, színvonalas szolgáltatások, programok:

vendéglátás,

rekreáció – pihenés, kikapcsolódás,

sport – valamilyen pálya kijelölésével, területbiztosításával vagy eszközök elérhetőségével (kölsönzés),

kulturális és művészeti programok,

egyéb a használók felmerülő speciális igényeinek megfelelő szolgáltatások (pl. gyerekprogramok, időseknek szóló programok, kutya barát helyszínek).

Erősíti a város és a folyó közötti érzelmi kapcsolatot.

Az ott tartózkodók szubjektív biztonságérzete magas, biztonságos a hely.

Köztéri bútorok (lehet ülni rajta akkor is, ha nem fogyasztasz),

Mindenféle közeledéssel megközelíthető - autó, tömegközlekedés, kerékpár, gyalog.

Az alapvető higiéniai követelményeknek megfelel.

Ezeket a szempontokat tovább egyszerűsítettem, könnyebben értelmezhető állításokká - „A többféle emberrel is tudtam találkozni” állítás eredetileg a kapcsolódni tudtam embertársaimhoz minőségből indult ki. A kérdőívek tesztelése során azonban kiderült, hogy pl. az integrál elméletben, önismereti munkában nem járatos potenciális kitöltők ezt az állítást nem tudják értelmezni. A 14 állítást a Spiral Flower System segítségével





A kérdőív kitöltői az általános értékelés után 14 állítást értékelték 6-os skálán, ezek az állítások a 39. ábra negyedik oszlopában láthatóak.

Egy-egy szinthez eltérő mennyiségű állítás jutott végül, illetve maximum 3, így az egy szinthez tartozó állításokhoz tartozó átlagokból képeztem egy újabb átlagot, amit a 39. ábra jelenítettem meg. A boldognak éreztem magamat állítást végül egyik szinthez sem rendeltem hozzá, mert nagyon szubjektív, hogy ki mit ért ez alatt. A biztonságban

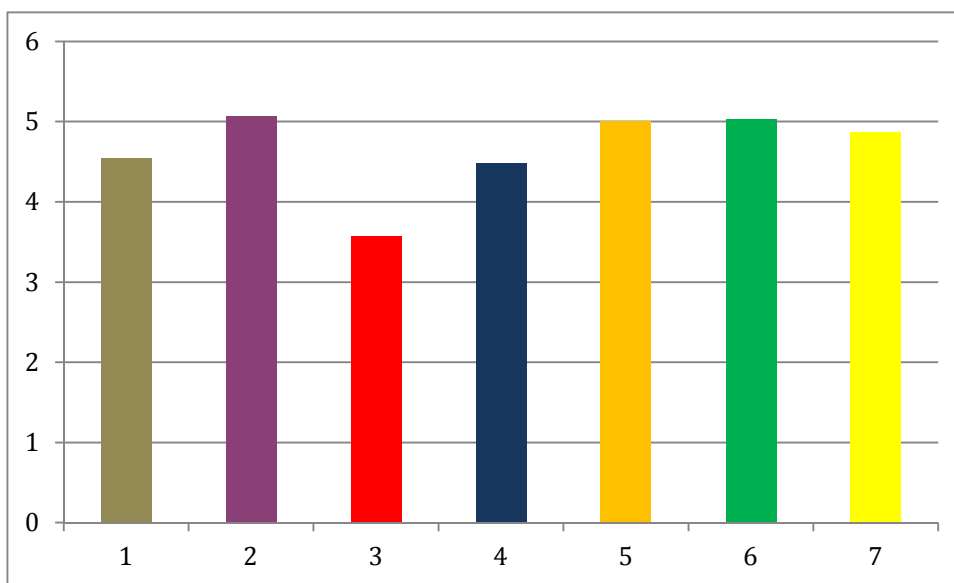
Szint, életkörülmények, szervező elv	Kifejeződés	A szint igényei, amire választ kell adnia a helyszínnek	Vizsgálati szempontok
1 bézs W1 szenzoros-fizikai túlélés egyéni biztonság és túlélés	alap-szükségletek, ennivaló, öltözködés lakhatás	ivóvíz és étel elérhetősége, mosdó, időjárás viszonyokkal (erős napsütés, eső) szemben védelmet biztonságos érzést ad	WC, mosdó az időjárás a belvároshoz képest biztonságban éreztem magamat
2 bíbor W2 fantazmikus összetartozás kapcsolatok, családi kapcsolatok, klán és törzsi szokások	legszorosabb kapcsolatokat adó rokon és családi kapcsolatok	Teret ad a szorosabb emberi kapcsolódásoknak, pl. a beszélgetés idegenek között is lehetséges	mindenféle emberrel tudtam találkozni
3 piros W3 leképező utasítás és kontrollegyéni kifejezés, élvezetek, személyes erő	féktelen energiájú öröm és élvezet a közösségben	Teret ad az önkifejezésnek, sportoknak	sport programok
4 kék W4 szerep-szabály autoriter struktúrárend, autoritás, szabályok, törvények, alapszabályzatok, rendeletek, infrastruktúra	elköteleződés és rend az élet és a munka mellett, törekvés a nagyobb jó és a stabilitás felé, ezeket megalkotni és fenntartani	Egyértelműek a szabályok, ami alapján működik a helyszín (árak, nyitva tartás, bérletek, alakíthatóság mértéke)	számomra egyértelmű keretekkel működött a helyszín köztéri bútorok és padok (komfortossága, praktikussága) tisztaság
5 narancssárga W5 racionális gazdasági sikerszervezet, hatékonyság, stratégiák, eredmények	nagyobb dolgok elérése stratégiai és tervezett célok kitűzésével	A helyszín gazdaságilag megállja a helyét A helyszín megközelíthető A helyszín a programok széles választékát nyújtja	szolgáltatások ár-érték aránya a helyszín megközelíthetősége kulturális programok
6 zöld W6 integrál emberi egyenlőség közösség, sokszínűség, másság elfogadása, egyenlő jogok	törődés és érzékenység mások irányába, egyenlőségi alapon, a sokszínűség ünneplésével	A helyszín befogadó, bárki számára elérhető	könnyen részt tudtam venni a programokban
7 sárga W6 integrál rendszerrugalmasság és áramlás egész rendszerben gondolkodás, ökológiai kapcsolatok	rugalmasság, tudás és spontaneitás a közösség fejlődése érdekében	A helyszín figyelembe veszi a környezetét is (alacsony energia és anyag felhasználású, hanghatás) A helyszín rugalmas, a résztvevők által alakítható.	környezet (fák, folyó, homokos talaj) (boldognak éreztem magamat)
8 türkiz W6 integrál planetáris közösség globális világnézet	az egység és a globális tudatosság irányába hatnak	-	-

39. ábra: A wilberi és a spirál dinamika szintjei, az ahhoz kapcsolódó igények, és az azokhoz hozzárendelt vizsgálati szempontok a Valyo parton, Forrás: saját összeállítás a (Hamilton, 2008 p 86, pp 210-211, p 219 táblázatokból összeállítva) és a Spiral Flower System<sup>55</sup> segítségével

<sup>55</sup> <http://integralcity.com/files/Spiral.flower.icity.pdf>

éreztem magamat állítás a Spiral Flow szerint több szinten is megjelenhet mint igény (2 és 4), végül az 1-es szinthez soroltam, hiszen ez az alap szint, ahol az alapvető fizikai szükségletek, így a biztonságérzet is fontos szerepet kap. Végig vettem, hogy mi van, ha az 1-es, 2-es és 4-es szinteken is szerepel a biztonságérzet, de nem okozott változást a szintek sorrendjében.

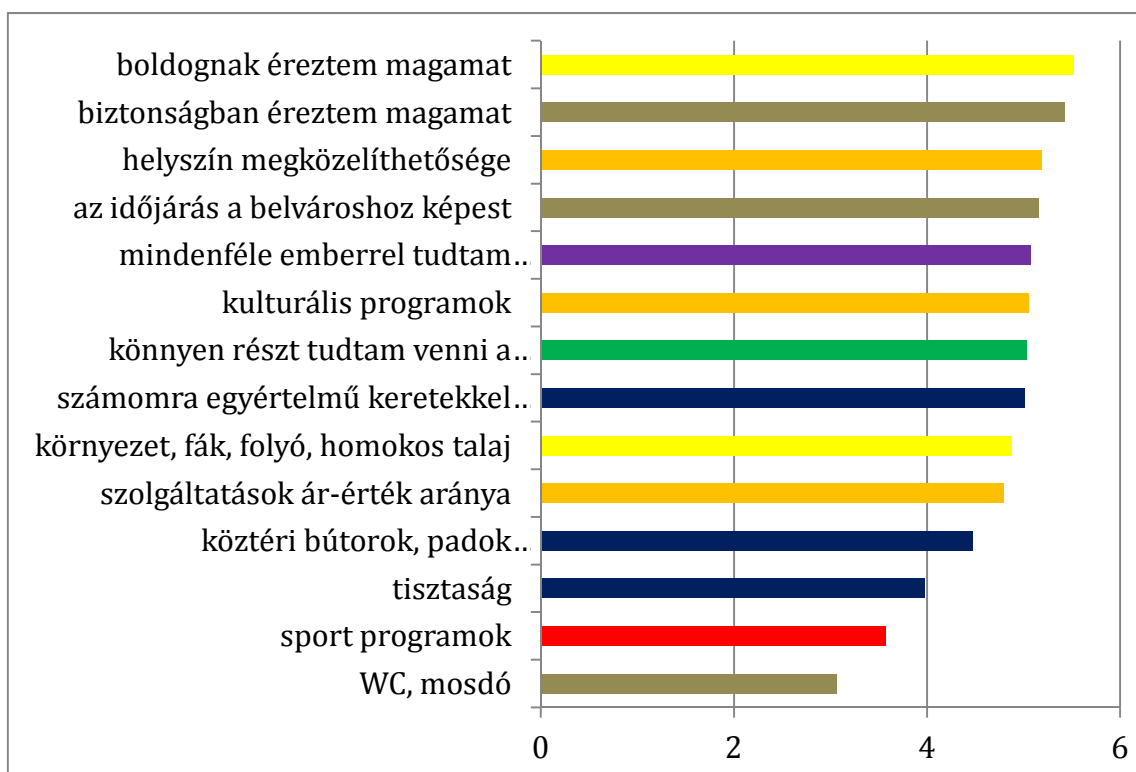
Mivel a vizsgált állítások csak egy szűk szeletét képesek vizsgálni a területnek és a folyamatoknak, ezért a levont következtetések is korlátozottak. A szintek számszerűsítése alapján a 40. ábra látható, hogy a 2, 5, 6 és 7 es szintek közel azonos értékelést kaptak. A legalacsonyabbat a 3-as szint, a 4-es és a 1-es kapta. A hipotézisem tehát, hogy minden szint igényei azonos értékelést kapnak a területen, nem állja meg a helyét, legalább is a megkérdezett állítások alapján.



40. ábra: A spirál dinamika szintjeihez (1-7) rendezet a kitöltők által adott átlagértékek (1-6)

Nézzük részletesebben, hogy mi is húzódnak az eltérések mögött:

A 41. ábra külön-külön is látható, hogy melyik állítás mekkora pontszámot ért el. A két legnagyobb pontszámot elérő állítás a boldognak éreztem magamt, és a biztonságban éreztem magamat, ami egy nagyon jó visszajelzés egy helyről.



41. ábra: Az egyes állításokra adott átlagos pontszámok, a maximum pontszám 6 volt

#### 1-es szint

Az 1-es szinthez tartozó alapszükségletek megoldását szolgáló infrastruktúra (WC, mosdó) teljes hiánya a rakparti területeken alapjaiban rontja le ennek a szintnek az értékelését. A helyszínen voltak Toi-toi WC-k, de a forgalomhoz képest ritkán tudtuk tisztítani őket, és úgy tűnt, bármennyi illemhely sem lenne elég, hiszen a rakpart teljes hosszában nincs nyilvános illemhely, így nem csak a Valyo part látogatói, hanem a turista buszok utasai, és a járókelők is ezt használták. A nyitott kérdéseknél, a negatív tapasztalatoknál legtöbbször a rendezett WC és mosdó hiányát emelték ki, az alábbi megfogalmazásokban:

„a budik nagyon büdösek, de persze ezt sem lehet máshogy megoldani elvégre kültéri köztér”, „a wc-helyzet pedig az ideálistól messze van”. Akadtak megértő hangok is WC ügyben : „a mosdó állapota és a kézmosási lehetőség hiánya - bár köztudott, hogy ez volt a legtöbb, amit tenni lehetett”. Viszont megjelent olyan vélemény is, aki a mosdó helyzetet nem áldozta volna fel a hely kommercializálásának oltárán: „a mosdók, de azt hiszem ez a kezdeményezés méretéből fakadóan volt kicsit gyengébb. Inkább maradjon így, minthogy elüzletiesedjen az egész”. Volt aki röviden és tömören

jellemezte a budapestiek illemhely hiányára adott megoldását: „ az emberek a bokorba pisilnek.”

Az 1-es szinthez tartozó humánkomfort, az időjárás a belvároshoz képest magas pontszámot kapott, 5,15. Bár fizikai méréseket nem végeztünk, de több ember tapasztalata alapján is kiemelkedően jó volt a helyszín mikroklímája, a nagy fák árnyéka, légmozgás a Duna-partján érezhetően enyhített a nyári kánikulán. Persze itt is voltak más vélemények: „Én sajnos csak napközben voltam kint, akkor nagyon meleg volt.”

A biztonságérzet kapta a legmagasabb pontszámot ezen a szinten 5,45. A biztonságérzet nagyon szubjektív, mi szervezők, a hely felelősei pl. sokkal alacsonyabbnak ítéltük a helyszínt ebből a szempontból, a Lánchíd peremén mászkáló nem teljesen beszámítható látogatók, és a Duna-part korlátmentessége miatt. Az idejárók a kérdőív szerint ezt nem élték meg veszélyes helyzetnek. A nyitott kérdésekben azért viszaköszöntek a biztonságra vonatkozó negatív megélések is: „... hogy egy meredek betonfal választotta el a Dunától, gyerekes szülőként nagyon rossz érzés volt”, „... hogy nem folyamatosan éreztem az értekeim biztonságban, de ez a nyitottságból adódik nem a hely vagy a társaság miatt”.

## 2-es szint

A 2-es szint erőssége, visszaigazolja a helyszínen tapasztaltakat, sokkal könnyebb volt kapcsolódni akár idegenekhez is ezen a helyszínen, mint egy átlagos budapesti köztéren, ennek megfelelően a bíbor szint magas értéket mutat. Ez az életerzés rengeteg megjegyzésben köszönt vissza a nyitott kérdéses részben:

„jó arcok gyűltek össze, amihez hozzájárulhat az is, hogy nem "mindenki" tud még róla, bár egyre többen :-). A rapart közönségével mondjuk, nem szívesen ücsörögtem volna ott”.

„Lazaság. Baráti Társaságok - bár ez lehet az ellentétje is és nem tud majd kibontakozni nagyobb szervezetté az egész - túl beltejes?”

„...A hangulat mindig egyedi és varázslatos :) Jó helyen van, laza, közvetlen, kényelmes és otthonos.”

Ezek a megjegyzések nagyon jól mutatják a 2-es szint igényeit, erős, szoros kapcsolódás, és ha lehet akkor hasonló értékrendű emberekkel, fel is merül a belterj megjelenése, ami a 2-es szintből való kimozdulás egyik mozgató rugója. Mindenesetre

azon a nyáron, ott és akkor ezek az igények fogadtatásra találtak, és sokan a helyszín egyik legpozitívabb aspektusaként emelték ki.

### 3-as szint

A legalacsonyabb értéket a 3-as szint kapta, itt a megkérdezett szempontok közül csak a sport programokat soroltam ide, ami az erő megélésére, az egyik fontos 3-as szintű igényre adott lehetőséget. Kevés kifejezetten kompetitív, nagyobb izomerőt igénylő sportprogram volt, a kacsaködobő bajnokság, petanque vagy lábtengo bajnokság nem hozták a klasszikus erő kifejtést okozó élményeket. Ezeknek a programoknak is inkább családi, baráti jellege volt, és jobban szolgálták a kapcsolatteremtést, a 2-es szinthez tartozó élményeket, mint az igazi sport élményt. A kulturális események közé sorolt koncertek a kérdőívben nem váltak külön, amelyek erre az igényre adhattak választ. Az mindenesetre tény, hogy a köztereken átalgos napon kevés tér nyílik valós erő kifejtésre, ezek a jellegű tevékenység sportpályákhoz, egy-egy napos sporteseményekhez köthetőek.

### 4-es szint

Ez a szint kapta a második legalacsonyabb értékelést, és a legtöbb ellentmondásos további megjegyzést. Viszont a helyszíni saját tapasztalatokat teljes mértékben visszaigazolta, amit mi szétesettség, vagy szervezetlenségként éltünk meg.

A 4-es szintet reprezentáló állítások közül a „számomra egyértelmű keretekkel működött a helyszín” kapta a legmagasabb pontszámot, 5,01. Ez az állítás persze nem konkretizálja, hogy ez alatt ki, mit ért, volt akinek egyértelmű volt, hogy hol, mikor mi van, mi történik, viszont volt, aki belefutott a káosz elemeibe:

„az árak nem voltak kiírva és a pultosok se nagyon tudták (ugyanazért az italért többször is más összeget kellett fizetni),”

„nehezen lehetett a programokat megtalálni, szűk körben voltak elérhetőek,”

„a meghirdetett programnak nyoma se volt és senki se tudta, hogy mikor fog kezdődni végül”.

A köztéri bútorok és padok (komfortossága, praktikussága) 4,47-es értéket kapott. Tulajdonképpen a padokkal indult az egész folyamat, ha van hova ülni, akkor a köré már lehet komolyabb eseményeket is szervezni, ez egy működős köztér lelke. Sokan

említettél külön pozitívumként tehát maguknak a padoknak a létét: „végre volt hova ülni”, „a bútorok nagyon klasszak, bár kevésnek tűnik a látogatók számához viszonyítva. Persze ennél több bútor zsúfolttá is tenné a teret, szóval ez így valszeg pont jó...” Természetesen emellett megjelentek azok az igények is, hogy „több és jobb bútor kéne”, mivel „keves volt az ülő/leheveredő hely”, „ha sokan voltak nem volt ülőhely”. A WC, mosdók után a tisztaság kapta a második legalacsonyabb értékelést, 3,97-et. A helyszínen valóban a hulladék kérdés kezelése okozta a legnagyobb fejtörést a számunkra, tekintve, hogy ezt teljesen nekünk kellett megszervezni, és a napi több száz fős rendezvények alatt rengeteg hulladék keletkezett, annak ellenére, hogy 2014-ben már visszaváltható poharakkal és szelektív kukákkal vártuk az embereket. Többször is rendeztünk önkéntes szemétszedést a hely zárásakor, amit az emberek egyébként közösségi élményként fogtak fel. Íme egy érzékletes leírás a kosz helyzetről:

„A koszoság, de ez nem a Valyo Part speckó hibája. Budapest koszos, így a bp-i Duna part is az, pl. eszembe nem jut mezítlábra vetközni... Pedig a természetes dunai koszt szeretem, az iszapos sáros árvizes helyzetben "otthonosan" érzem magam, de a városi kosz undorító. Az autók kipufogógázától fekete por, eldobált csikkek, stb.”

A megkérdezetteken kívül az alábbi infrastruktúrális hiányokra is reflektáltak a kutatásban résztvevők:

„Nincs bringatároló”, a helyszín valóban nem volt felkészülve olykor 300 biciklis érkezőre.

„Nincs hűtött sör” – ez az állítás a büfé kapacitás hiányait érzékelteti, nem volt elegendő hűtőszekrényünk, hogy előre az igényeknek megfelelő mennyiséget behűtsünk.

„Rossz hangtechnika koncerteken” – ez az állítás ugyan csak egyszer fordult elő, de utal a helyszín hiányzó infrastruktúráira.

#### 5-ös szint

Az 5-ös szint az értékelések alapján 5,00-s értéket kapott. Ennél a szintnél a helyszín megközelíthetősége kapta a legmagasabb értékelést, 5,18. A helyszín központi helyzetét többen is kiemelték, mint pozitívumot, hiszen gyakorlatilag a város legközpontibb területén fekszik, a Lanchíd tövében, így gyalog, villamossal, kerékpárral is megközelíthető helyszín. A konkrét „lejutás” a helyszínre azonban bonyolultabb, a Duna-partokra jellemző módon, nem akadálymentesített, lépcsőkön, támfalakon és

korlátokon keresztül lehet megközelíteni, vagyis „eldugott, de központi fekvés”. A negatív megjegyzések között meg is jelent, hogy a „megközelítés nem a legoptimálisabb.” Ezenkívül a terület belső szolgáltatásainak megközelíthetlenségére is érkeztek megjegyzések, mint pl., hogy a WC mellett a „túlterhelt volt ... a pult is”.

A kulturális programok, melyek az alapját képezték a helyszín működésének 5.05-os értéket értek el. A programok ingyenességét itt többen is kiemelték, hiszen olyan előadók is voltak, akik koncertjeire amúgy csak belépő ellenében lehet bejutni. A programok sokszínűségével (pl. a zenei repertoár a folktól a minimál technóig terjedt) próbáltunk minél szélesebb közönséget megszólítani. A kulturális programokkal kapcsolatban magára programok minőségével kapcsolatban kevés egyéb megjegyzés érkezett, inkább a 4-es szint igényeiből fakadóan az átláthatatlan és gyakran csúszó programok okoztak gondot.

A szolgáltatások ár-érték aránya kapta a legalacsonyabb értékelést, 4,79-es értékkel. Többen említették, hogy „drága a sör”, „magas árak. Értem én hogy sok a turista és kell a bevétel, de normális árak mellett valószínűleg a fiatalok sem a deákon a dohányboltba veszik meg a borukat/sörüket.” Mivel a helyszínen nem csak fogyasztó vendéek tartózkodhattak, ezért alapvetően célunk is volt, hogy a hozott ételeket és italokat is nyugodtan fogyaszthassák az ide látogatók, ez a koncepció, úgy tűnik, nem mindenkinek ment át. A tények alapján az árak egy átlagos belvárosi kocsmánál kb. 20%-kal olcsóbbak voltak, a rakpartiaknál pedig még sokkal, vagyis „nincs túlárzva, mint a centrumban sok hely”.

Az állítások között nem szerepelt, de a megjegyzésekben megjelent a szint egyik fontos aspektusa, a business man karaktere, akire pozitív visszajelzést kaptunk, mint „hiteles, profi szervezői, irányítói gárda”.

#### 6-os szint

Ennek a szintnek a kifejeződései a törődés és érzékenység mások irányába, egyenlőségi alapon, a sokszínűség egy köztér tekintetében: arra a valós élményre fordítottam, hogy vajon könnyen részt tudtak-e venni a programokban, hiszen a szint kifejeződéseinek ez kell legyen az eredménye. Az állítást viszonylag magasan is értékelték, 5.03-mal. A pozitívumokra rákérdező nyitott kérdésre ennek a szintnek az igényeire jött a legtöbb megjegyzés, mint például, hogy „mindenkinek szól, és lehet szabadtéren táncolni”,



„demokratikus volt. Nem voltak biztonsági örök.” „Nyitott, mégis intim és különleges”, „elfogadás” „kötetlen légkör”, „nyitott, odamehettem kajálni is”. A Valyo part szerintünk is legmarkánsabb karakterét, a szabadságérzést is többen kiemelték: „a hangulat és a szabadság, hogy nincs senkire semmi erőltetve, lehet szabadon azt csinálni amit szeretnék, nincsenek biztonsági örök stb., többfunkciós tér, napközben lazulásra, este bulizásra alkalmas”. A helyszín diverzitását a sokféle program és sokszínű közönség” megjegyzések is méltatták.

“Az tetszik benne, hogy alulról jövő kezdeményezés, nem tette még rá a kezét semmilyen iparág, éppen ettől igazi közösségi/szabadság élményt adott függetlenül attól, hogy mennyi embert ismertem ott éppen.” – jól összefoglalta a helyszín legerősebben zöld karakterét, a posztmodern alulról jövő kezdeményezések erejét, és a közösségi iniciatívák iránti (szinte) sóvárgást a városban.

A hely nyitottságára reflektálva azért megjelent olyan vélemény is, ami az ebből fakadó frusztrációra reflektált: “néha odatévedtek "fura" alakok, de semmi komoly atrocitás nem volt :)”

#### 7-es szint

Az integrál szint kifejeződését két állítással próbáltam tetten érni a helyszínen: az egyik a környezettel való kapcsolat (fák, folyó, homokos talaj), mely 4,87-es értéket kapott. Itt ez az állítás persze nem tudja azt mérni, hogy valójában mennyire tudatosak a környezetükre a megkérdezettek, és valóban tesznek-e a harmonikusabb együttélésért. Mindenesetre volt, aki kiemelte a helyszín “természetközelségét”, és hogy a helyszín fontos karaktere “a víz közelsége, a kilátás, a friss levegő, a tágas terek.”

Az ellazult állapotot a “boldognak éreztem magamat” állításra fordítottam, mely a legmagasabb értékelést kapta, 5,51-es értékkel. Ezt végül a teljes értékelésből kihagytam, mivel a boldogság a wilberi modellben és a spiráldinamikában is minden szinten értékelhető szubjektív érzet, és mélyebb kutatás lett volna szükséges, akár mélyinterjúk készítésével, hogy az emögött húzóerő értékeket, okokat feltárjam.

A nyitott kérdésekre adott válaszok, melyben arra kérdeztünk rá, hogy mi tetszett, illetve nem tetszett a Valyo parton, szépen illusztrálja a számok alapján is kimutatható gyenge pontjait a területnek.

A nyitott kérdésekben adott válaszok, melyben arra kérdeztünk rá, hogy mi volt tetszett illetve nem tetszett a Valyo Parton szépen illusztrálja a számok alapján is kijött gyenge pontjait a területnek.

## Következtetések

Mint a kutatási eredményekről szóló fejezetben adott mottóbban is jelöltem, túl komplexek vagyunk ahhoz, hogy valaha is képesek legyünk feltérképezni magunkat, és ezt az eredmények leírása után még inkább fenntartom – illetve szeretném kiemelni az eredmények korlátozott voltát, hiszen irányított, sok előfeltételezésből kiinduló kérdőívből nyertem az adatokat, illetve a viselkedések, magatartások egyes szintekhez való besorolása is sok további kérdést vet fel.

A Valyo part elemzésének egyik legfontosabb eredménye, amire indirekt módon jutottunk, hogy a Valyo parton járók pozitívabb asszociációkkal rendelkeztek a Dunáról, mint akik sosem látogattak el a Valyo partra, bár szoktak a Duna-partokra járni. A Valyoval az egyik fontos célunk, hogy a Dunához, a Duna-partokhoz minél több pozitív élmény kapcsolódjon, így annak jelentősége is emelkedik a város kollektív tudatában. A Valyo part elnevezésű helyszínnel az egyik célunk az volt, hogy igazi belvárosi vízparti élményt nyújtsunk az itt lakóknak, nem csak a turistáknak, és bebizonyítsuk, hogy akár az infrastruktúra minimális megváltoztatása révén (padok elhelyezése) az emberek elkezdik használni a tereket, tehát nem csak nagy költségű beruházásokkal lehet köztereket élhetőbbé varázsolni, hanem akár alacsony költségvetésű beavatkozásokkal is. A Valyo part, bár infrastrukturális szinten nagyon alulteljesítő helyszín volt, és erre visszajelzések is érkeztek, a megkérdezettek az egész helyet mégis magasra értékelték, tehát a célközönség felé olyan igényekre sikerült reagálni, ami felülírta ezeket a hiányosságokat – ám hosszú távon, és a terület még szélesebb körű látogatottságával ez feltehetőleg nem fenntartható működési mód.

A városi és rakparti területeken végzett szabadidős tevékenységek összehasonlítása azon a feltételezésen alapult, hogy ha a Duna-part egy, a város életébe szervesen kapcsolódó helyszín lenne, akkor itt is ugyanazoknak a tevékenységeknek helyet adó

terekre lenne szükség, mint amit a városban jelenleg végeznek a kutatás résztvevői. A hiányzó terek, ahol vásárolni lehet. Ennek megjelenése a területen személyes véleményem szerint semmiképpen nem a pláza-típusú vásárlási terek megjelenésével lenne célszerű. Az otthonérzést nyújtó terek megjelenése viszont abszolút üdvözlendő, és egyértelműen látszott is a kutatásból ez az igény. Sokkal kevesebbszer találkozunk a családdal, barátokkal, kevesebbszer olvasunk a Duna-partokon, mint a város más tereiben, hiszen ezekre jelenleg nincs lehetőség a belvárosi szakaszokon. Emellett pedig a sportolásra alkalmas helyek szintén nagyon hiányoznak a rakpartokról, pedig erre is lenne igény.

A kutatás eredményeképpen a következő fejlesztési irányokat javaslom közterekre:

Röviden:

otthonérzetű, sportolásra is alkalmas közterekre van szükség, ahol az alapigényeket kielégítő infrastruktúra biztosítja az ott tartózkodást.

Részletesebben:

1. közillemhelyek és ivókutak telepítése és üzemeltetése;
2. a hulladékszállítás megoldása, megfelelő mennyiségű, jól látható szeméttároló elhelyezése;
3. a köztereken, kifejezetten a vízzel határos veszélyesebb helyeken a balesetveszély minimalizálása kreatív módon, amely ne menjen a köztér és a folyó kapcsolatának kárára;
4. óriási az igény a köztéri padokra kényelmes és szerethető formákkal, olyan kialakításban, hogy akár több társaság is elférjen rajta – ez segíti az interakciót az emberek között a tereken;
5. sportolásra való helyszínek megteremtése, olyanok, amelyek nagyobb erőfeszítéssel járnak, akár csapatban is végezhetőek;
6. infrastruktúrafejlesztés a kiemelt területeken, kerákpártárolókkal és a kerékpárút-hálózatba szervesen illeszkedve;

7. olyan terek kialakítása, ahol a szabadság érzését meg lehet élni: a kontroll minimalizása (pl. biztonsági őr kérdése, kerítések lebontása). Szabad nyílt terekere nagy szükség van a városban;
8. a helyszín üzemeltetése fenntartható legyen, egyes helyszíneken a nyitottság megtartásához fontos az árak minimalizálása, hogy az szélesebb csoportok számára is elérhető legyen,
9. a helyszíneknek a programmal kapcsolatos kommunikációja nagy jelentőségű, a köztereken a kísérletezés lehetőségének fenntartása; mivel az igények gyakran még az úgynevezett társadalmi egyeztetés során sem mindig körvanalazódnak, érdemes nem bebetonozni mindent előre, hanem teret adni a későbbi változtatásokra is.

További kutatási irányok:

Az eredmények értékelése során két nagy téma merült fel bennem hiányként, ami kimaradt a kutatásból: a helyszín alakíthatósága és spontaneitása nem lett körüljárva, az, hogy mi a szélesebb közönség számára még befogadható mértékű változatosság, és mi az, ami nem. Ezt egy további kutatás során mindenképp érdemes lenne megvizsgálni, az online kérdőíves kutatást mélyinterjúkkal kiegészítve.

Mivel a Valyo parton tovább üzemel a Pontoon nevű hely, ezért azt tervezzük, hogy erre a helyszínre vonatkozóan újból elkészítjük a kutatás releváns részeit.

## VI. IRODALOMJEGYZÉK

- Alexander, C. (2004). *The phenomenon of Life* (September 1, 2004 ed., Vol 1.), Berkeley, CA: Center for Environmental Structure
- Barrett Brown, B. (2005): *Theory and Practice of Integral Sustainable Development*, Integral Institute
- DeKay, M (2011): *Integral Sustainable Design, Transformative Perspectives*, Earthscan,
- Esbjorn-Hargens, S.: *A XXI. század mindent felölelő keretrendszere*, Integrál Akadémia jegyzet
- Finta S.: *Budapest 2030 hosszú távú városfejlesztési koncepció*, 2013. február Budapest
- Gánti, B. (2009): *Bevezetés a fejlődésvonalak témakörébe*, Integrál Akadémia
- Gánti, B.: *Integrál pszichológia oktató jegyzetek*, Integrál Akadémia
- Gehl, J. (2010): *Cities for people*, Island Press.
- Grof, S. (2008): *A jövő pszichológiája*, Pilis-Print Kiadó
- Hamilton, M (2008): *Integral City*, New Society Publishers
- Hamilton, M. (2011): *Integral Sustainable Design Book Review* Reviewed: DeKay, M. (2011). *Integral Sustainable Design: Transformative Perspectives*. Oxford, United Kingdom: Taylor & Francis Group Ltd. *Journal of Integral Theory and Practice* Integral Institute (2011) 6(3), pp. 137–148
- Jacobs, J. (1990): *The Death and Life of Great American Cities*. New York: Vintage
- Jelinek, Cs., Bodnár, J., Czirfusz, M., Gyimesi, Z. (2013): *Kritikai városkutatás*, L'Harmattan Kiadó
- Madden, K. et al. (2005, 2006): *Hogyan varázsoljunk újjá egy közteret? Ökotárs Alapítvány*
- Nagy, I. (2008): *A városökológia elméleti megközelítése*, Dialóg Campus Kiadó 541-550 o.
- Oros, A. (2007): *Integrál Oktatás szakdolgozat*
- Reams, J. (2011): *Integral Theory in Action, Book Review* Reviewed: Esbjörn-Hargens, S. (Ed.). (2010). *Integral Theory in Action: Applied, Theoretical, and Constructive Perspectives on the AQAL Model*. Albany, NY: SUNY Press. , *Journal of Integral Theory and Practice*, Integral Institute (2011) 6(3), pp. 123–136

Völker, S., Kistemann, T. (2011): The impact of blue space on human health and well-being – Salutogenetic health effects of inland surface waters: A review, *International Journal of Hygiene and Environmental Health* 214 (2011) 449–460

Wilber, K. (2003): *A Működő Szellem rövid története*, Budapest, Európa Kiadó.

Wilber, K. (2008): *Integrál szemlélet*, Budapest, Ursus Libris Könyvkiadó

## VII. ÁBRAJEGYZÉK

42. ábra: Négy kvadráns
43. ábra: A nagy hármás
44. ábra Az integrál fenntartható fejlődés AQAL modellje, és a városi jelenségek a négy kvadránsban, és egy városi cseresznyefa példáján keresztül
45. ábra: Holarchia, evolúció az egyes kvadránsokban
46. ábra: Tudatfejlődési szintek
47. ábra: A különféle fejlődésvonalak, azok alapkérdései, és néhány kutatójuk
48. ábra: A pszichográf
49. ábra: Az enneagram kilenc személyiség típusa, és a köztük lévő kapcsolatok
50. ábra: Bal oldalon a véletlenszerűen szerveződő hálózat, jobb oldalon pedig a skálafüggetlenül szerveződő hálózatok, a Barabás-Albert modell alapján. A skálafüggetlen hálózatokban a hubok azok a központok, amelyek magas kapcsolódási számmal rendelkeznek – szürke körök
51. ábra: A városkutatással foglalkozó tudományterületek a négy kvadránsban
52. ábra: A fenntartható fejlődés hagyományos értelmezése, és újrakeretezése környezeti kontextusba helyezve
53. ábra: Vaddisznók Budapesten, a Duna-parton 2015 januárjában
54. ábra: Egészséges közösségek integrál térképe a négy kvadránsban
55. ábra: A világképek, példákkal és a legfontosabb felmerülő szempontok
56. ábra: Modern tájépítészeti megoldás, Concordia Seminary Landscape, Columbus városa mellett
57. ábra: A posztmodern Getty Center Garden
58. ábra: Integrál szemléletű Curitiba városfejlesztésű projektje, a meghagyott és zöld felületekkel tarkított régi belváros
59. ábra: Transzperszonális alapokon épült kultúrház Ytterjában
60. ábra: A spiráldinamikai szintek ábrázolása színekkel, az egymás után felmerülő szintek fő minőségeinek kifejeződésével
61. ábra: A komplexitás szintjei, a spiráldinamika szintjeit használva a Wilber szintek megjelölésével kiegészítve
62. ábra: A budapesti Duna-parton a Valyo elsődleges célterületei 2010-12 között, északon az Árpád-hídtól délen a Rákóczi-híd (sárgával jelölve), illetve a részletesebben bejárt területek északon a Margit-híd és délen a Petőfi-híd által határolt partszakaszok
63. ábra: A csoport első Duna-parti bejárása, négy óra alatt jártuk végig a Petőfi-hídtól a Margit-hídig a pesti Duna-partot 2011 áprilisában
64. ábra: A budapesti Duna-part budai rakpartja 2015 januárjában. A képen már látható a Valyo Mobil Szaunája, ami a Duna-part téli használatát hivatott népszerűsíteni
65. ábra: 2. Nemzetközi kacsaködő bajnokság grillezéssel a Vizafogónál, 2012. május
66. ábra: Stég, a Dunatanösvény kiemelkedő pontja egy pontonon, 2011. június
67. ábra: Duna-part a Valyo-Partnál. Ülnek a parton és a padokon a budapestiek
68. ábra: Jóga a Valyo Parton 2013. augusztusban, és a több hetes Valyo Part fesztivál 2014 nyarán
69. ábra: Szaunázók gőzölögnek az Angelo Rotta rakparton, 2015. március. Eddig szokatlan helyen, módon és időben használják a Duna-partot
70. ábra: A Valyo-Part területe
71. ábra: A budapesti kitöltők %-os aránya kerületi lakhely szerint. Kékkel a Duna-parti kerületek, és a körúton belüli, vagyis távolságban nagyon közeli kerületek (VI, VII, VIII), szürkével pedig a Duna-partok nélküli, valóban távoli kerületek vannak jelölve

72. ábra: A megkérdezettek havi nettó jövedelme százalékos megoszlásban
73. ábra: Szófelhő a Dunáról asszociált szavakból, minél gyakrabban említettek egy szót, annál nagyobb az ábrán
74. ábra: Szófelhő a rakpartról asszociált szavakból, minél gyakrabban említettek egy szót, annál nagyobb az ábrán
75. ábra: A városban és a Duna-parton szabadidős tevékenységek, átlagosan milyen gyakran végzik a megkérdezettek
76. ábra: A Duna-parton levő szabadidős tevékenységek, átlagosan milyen gyakran végzik a megkérdezettek : 2 havonta, 1 ritkábban mint havonta, 0 soha
77. ábra: A városban és a rakparti területen végzett tevékenységek közötti különbség, az egy egység az egy időbeli nagyságrendnyi különbséget jelent
78. ábra: A Valyo parton járók milyen gyakorisággal végezték a megadott tevékenységeket
79. ábra: Spiral Flower System map of Abbotsford
80. ábra: A wilberi és a spirál dinamika szintjei, az ahhoz kapcsolódó igények, és az azokhoz hozzárendelt vizsgálati szempontok a Valyo parton
81. ábra: A spirál dinamika szintjeihez (1-7) rendelt a kitöltők által adott átlagértékek (1-6)
82. ábra: Az egyes állításokra adott átlagos pontszámok, a maximum pontszám 6 volt



## VIII. MELLÉKLETEK

### 1. Asszociált szavak jegyzéke

#### Duna

24	nyugalom	3 Nyugalom	2 csillog
18	víz	3 emberek	2 Széles
14	napsütés	3 Rakpart	2 sirály
14	rakpart	3 zavaros	2 látkép
14	hajó	3 bicikli	2 illata
13	híd	3 kavics	2 örvény
12	zöld	3 szabad	2 hangja
11	part	3 sétáló	2 stégek
10	naplemente	3 sziget	2 parton
10	koszos	3 szellő	2 szemét
10	szürke	3 Hidak	2 otthon
9	Lánchíd	3 beton	2 nyugi
9	széles	3 csend	2 illat
9	fröccs	3 Beton	2 vizes
9	hajók	3 folyó	2 barna
8	napfény	3 autó	2 hideg
8	hidak	3 séta	2 korzó
8	kosz	3 tér	2 Római
8	szép	3 sör	2 zajos
8	fák	2 Szabadság-híd	2 erős
7	hullám	2 Margit-sziget	2 Duna
7	lépcső	2 Erzsébet-híd	2 zene
7	nagy	2 elérhetetlen	2 Autó
6	természet	2 hajléktalan	2 üres
5	panoráma	2 Valyo-part	2 Nagy
5	gyönyörű	2 Római-part	2 szag
5	levegő	2 megnyugvás	2 élet
4	Gellért-hegy	2 napfényes	2 szél
4	frissesség	2 szabadidő	2 stég
4	hömpölyög	2 tisztaság	2 Sör
4	csillogó	2 kanyargós	2 Víz
4	csobogás	2 gyerekek	2 bkv
4	fények	2 nyüzsgés	2 erő
4	tiszta	2 kavicsos	2 zaj
4	büdös	2 hangulat	2 és
4	autók	2 fenséges	2 kő
4	béke	2 kavicsok	1 megközelíthetetlen
4	nap	2 szeretem	1
4	kék	2 pihenés	Megközelíthetetlen
4	jó	2 kilátás	n
3	Margitsziget	2 barátok	1 zöldeskékesszürke
3	Parlament	2 Napfény	1 zöldeskékesbarna
3	szabadság	2 madarak	1 kihasználatlan

1 természetesség	1 csendélet	1 Sirályok
1 kagyló-kavics	1 nyugalmat	1 hiányzik
1 szállodahajók	1 Duna-szag	1 vízitúra
1 pisi(Inemkell	1 programok	1 páratlan
1 Kavicsdobálás	1 dinamikus	1 homokpad
1 autóforgalom	1 orientáló	1 vízszint
1 betonrakpart	1 hullámozás	1 villamos
1 cuppogásának	1 slow-life	1 ragyogás
1 JózsefAttila	1 benzingóz	1 hullámok
1 hajóállomás	1 megújulás	1 víztükör
1 megnyugtató	1 csillogás	1 tágasság
1 turistahajó	1 közösségi	1 nyaralás
1 csillogóvíz	1 népsziget	1 dunaszag
1 vízcsobogás	1 Játzóház	1 forgalom
1 látványelem	1 identitás	1 hullámos
1 elheveredni	1 dunailat	1 szemetes
1 Kopaszi-gát	1 zöldeskék	1 irodából
1 fényképezés	1 közelsége	1 növények
1 Duna-partok	1 hömpölygő	1 változás
1 feltöltődés	1 robosztus	1 Homokvar
1 rendezetlen	1 Borzalmas	1 méltóság
1 Megnyugtató	1 színskála	1 támfalak
1 természetes	1 Margithíd	1 Vízillat
1 fodrozódik	1 parlament	1 lazítok
1 Valyo-Part	1 iszogató	1 elvágva
1 közlekedés	1 kannásbor	1 feltölt
1 méltóságos	1 szennyvíz	1 süthet
1 romantikus	1 vízfolyam	1 gyűjtés
1 tükröződés	1 átlátható	1 telefon
1 kettéválik	1 lehetőség	1 rejtély
1 hömpölygés	1 horizont	1 csillám
1 Ezüstmedve	1 ágacska	1 városom
1 nehru-part	1 kanyargó	1 Egyenes
1 autómentes	1 kanyarog	1 vízszag
1 Duna-illat	1 vízillat	1 nagyság
1 valyo-part	1 közösség	1 pantone
1 autópályák	1 Dunaszag	1 áramlás
1 Margit-híd	1 hatalmas	1 fák,víz
1 csillámlás	1 morajlás	1 Emberek
1 rozéfröccs	1 mezítláb	1 kőfalak
1 szórakozás	1 növények	1 tövében
1 szabadidős	1 aranyban	1 lánchíd
1 biciklizés	1 parkolók	1 kacsakő
1 csodaszép	1 barátság	1 hajóval
1 veszélyes	1 sirályok	1 Bicikli
1 nyüzsgése	1 távolság	1 megtörő
1 kékeszöld	1 lendület	1 mélység
1 Forgalmas	1 hiszter	1 világos

1 szépség	1 mozgás	1 plázs
1 nyugodt	1 hajóút	1 szmog
1 trololo	1 evezés	1 kutya
1 árasztó	1 forrás	1 tágas
1 faágról	1 folyik	1 Kövek
1 csendes	1 frizbi	1 homok
1 uszadék	1 Szürke	1 parti
1 halszag	1 fövény	1 vizű
1 szmogos	1 élhető	1 hely
1 látvány	1 közeli	1 Fény
1 pezsgés	1 nedves	1 haza
1 spangli	1 hegyek	1 utak
1 akadály	1 közel	1 Dugó
1 nevetés	1 ütőér	1 flow
1 központ	1 friss	1 első
1 Vízpart	1 terek	1 szűk
1 borozás	1 Kajak	1 alma
1 haverok	1 tojás	1 rajz
1 távoli	1 végén	1 Jajj
1 élmény	1 teret	1 nyár
1 mosoly	1 bicaj	1 fény
1 messze	1 Dunán	1 nyűg
1 növény	1 magas	1 Szél
1 székes	1 kocsi	1 Zöld
1 fekete	1 Fővám	1 Buda
1 játszó	1 vízen	1 este
1 sodrás	1 kajak	1 Haza
1 megyek	1 kiönt	1 Esti
1 börtön	1 párok	1 hekk
1 hosszú	1 hinta	1 hegy
1 fényes	1 fagyi	1 lila
1 utazás	1 batyi	1 lágy
1 pezsgő	1 bárók	1 nedű
1 lelógó	1 randi	1 adó
1 élővíz	1 Valyo	1 bor
1 Otthon	1 sebes	1 hal
1 tömény	1 érték	1 pad
1 kanyar	1 város	1 van
1 megint	1 felhő	1 mit
1 Fényes	1 chill	1 bme
1 bringa	1 valyo	1 vár
1 csodás	1 ringó	1 más
1 lounge	1 padok	1 nád
1 Lemenő	1 úszik	1 hab
1 bakker	1 nehéz	1 Nap
1 mindig	1 írjak	1 fű
1 kocsik	1 ronda	1 én
1 kiülős	1 lassú	1 ég

## Rakpart

39	autók	3	üldögélés	2	alja
20	beton	3	napernyő	2	csók
17	forgalom	3	nyüzsgés	2	tánc
16	lépcső	3	hangulat	2	Kosz
16	autó	3	Forgalom	2	szar
14	koszos	3	emberek	2	zöld
14	zaj	3	tiszta	2	sok
12	büdös	3	padok	2	fal
12	dugó	3	árvíz	2	túl
11	szürke	3	plázs	2	fű
9	napsütés	3	zajos	1	sétáló-bicikliző
9	kövek	3	tömeg	1	áthatolhatatlan
8	szemét	3	este	1	elviselhetetlen
8	fröccs	3	Autó	1	elhanyagoltság
8	hajók	3	szép	1	megközelíthető
8	hidak	3	fák	1	transzitútvonal
8	szmog	3	híd	1	cigarettafüst
7	lépcsők	3	Zaj	1	életveszélyes
7	valyo	3	pad	1	szállodahajók
7	Valyo	2	megközelíthetetlen	1	pisí(Inemkell
6	turisták	2	JózsefAttila	1	vízirendőrség
6	zsúfolt	2	közlekedés	1	barátságatlan
6	kosz	2	benzingöz	1	bkv-megálló
6	séta	2	Parlament	1	elszigetelés
6	sör	2	nézelődés	1	Margitsziget
6	búz	2	macskakő	1	autóforgalom
6	víz	2	szeretem	1	étteremhajók
5	forgalmas	2	szerelem	1	Papírsárkány
5	homok	2	hipszter	1	FenyőMiklós
5	Autók	2	kocsisor	1	mesterséges
5	hajó	2	kavicsok	1	veszedelmes
5	zene	2	limonádé	1	Hajókikötők
4	naplemente	2	semleges	1	lépcsőzetes
4	szabadidő	2	gyönyörű	1	reménytelen
4	bicikliút	2	látvány	1	gyerekbarát
4	nyugalom	2	egyenes	1	elhanyagolt
4	rakpart	2	nyugágy	1	korlátozott
4	aszfalt	2	Lánchíd	1	macskaköves
4	kavics	2	fények	1	hajléktalan
4	kikötő	2	korlát	1	reconquista
4	magas	2	széles	1	gyorshajtás
4	nyár	2	hosszú	1	biztonságos
4	kő	2	kocka	1	aszfaltszag
3	kihasználatlan	2	zebra	1	raklapbútor
3	autómentes	2	ember	1	szórakozás
3	természet	2	Beton	1	Valyo-part
3	autópálya	2	sivár	1	átszaladni

1	dugó,futás	1	kifekvés	1	trololo
1	pakolóhely	1	vegyület	1	sétatér
1	hordalékos	1	turizmus	1	lehúzás
1	élhetetlen	1	sétányok	1	akadály
1	hangulatos	1	Napsütés	1	pisilni
1	változatos	1	elérhető	1	dudaszó
1	möllky-zés	1	városban	1	olvasás
1	biciklizés	1	kellemes	1	urbánus
1	igénytelen	1	kocsival	1	foci-vb
1	bokrok,fák	1	közelebb	1	Rakpart
1	Vastraverz	1	fiatalok	1	tévedés
1	rozéfröccs	1	villamos	1	koncert
1	labirintus	1	fűnövény	1	átkelni
1	kirándulás	1	átépítés	1	spangli
1	autóáradat	1	növények	1	lüktető
1	láblógatás	1	éttermek	1	meredek
1	végigmenni	1	belváros	1	kilátás
1	hömpölygő	1	rengeteg	1	átkelés
1	sommersby	1	Nyugalom	1	napfény
1	természet	1	hordalék	1	Kockakő
1	cigaretta	1	panoráma	1	nehezen
1	vízisikló	1	kövezett	1	madarak
1	szürkeség	1	sétahajó	1	pihenés
1	gazdátlan	1	épületei	1	nevetés
1	áradáskor	1	szemetes	1	illatok
1	bulihajók	1	parkoló	1	piszkos
1	dunaillat	1	tisztít	1	szilánk
1	legtutibb	1	lehetne	1	sodort
1	sejtetem	1	zavaros	1	sirály
1	borosüveg	1	uszadék	1	Mocsok
1	kényelmes	1	Kilátás	1	elzárt
1	Autópálya	1	lejutni	1	távoli
1	programok	1	pöttyös	1	hullám
1	szabályos	1	virágok	1	Folvam
1	Duna-part	1	normafa	1	jókedv
1	horgászok	1	Emberek	1	szenny
1	rendezett	1	Bicikli	1	élhető
1	tisztaság	1	lazítás	1	fekete
1	építkezés	1	bicikli	1	kocsik
1	benzinbűz	1	szomorú	1	börtön
1	Forgalmas	1	horgász	1	Lépcső
1	rendetlen	1	barátok	1	deszka
1	vízközeli	1	borozás	1	szeles
1	napfényes	1	lépcsőn	1	szellő
1	gyalogos	1	kacsakő	1	piknik
1	épületek	1	kietlen	1	fátlan
1	állóhajó	1	kerítés	1	lelátó
1	köztük	1	kőfalak	1	látkép

1	ibizai	1	Hajók	1	kávé
1	hiánya	1	vidám	1	piac
1	bringa	1	nyári	1	foci
1	papucs	1	poros	1	pára
1	autóút	1	dugós	1	nagy
1	sétány	1	durva	1	jazz
1	lepcső	1	budai	1	üres
1	nyáron	1	írjak	1	part
1	Napozó	1	labda	1	Dugó
1	autóké	1	nehéz	1	hogyan
1	mocsok	1	Szmog	1	Jajj
1	lounge	1	csupa	1	szél
1	kocsma	1	friss	1	hely
1	messze	1	fehér	1	után
1	mozgás	1	söröm	1	sűrű
1	együtt	1	perem	1	élet
1	idegen	1	dugók	1	füst
1	furcsa	1	csend	1	Zöld
1	koktél	1	folyó	1	nap
1	partos	1	köves	1	gát
1	levegő	1	pecás	1	mit
1	jobbra	1	chill	1	tér
1	milyen	1	drága	1	erő
1	hangos	1	rossz	1	por
1	gépzaj	1	merev	1	kár
1	fontos	1	Lyoni	1	hol
1	autós	1	tudok	1	idő
1	barna	1	kőfal	1	Víz
1	VaLyo	1	szint	1	2x2
1	oldal	1	falak	1	sáv
1	kopár	1	piros	1	két
1	játék	1	kocsi	1	Buz
1	hiány	1	tágas	1	és
1	hippi	1	ágyak	1	út
1	lenni	1	kevés		
1	Büdös	1	ülés		

## 2. Kritérium rendszer vízparti közterekhez

### 1: földrajzi adottságok - fenntarthatóság - ökológiai lábnyom

Közvetlenül a vízfolyás és a település találkozásánál fekszik.

A víz közelségében rejlő lehetőségeket használja (kilátás, víz közvetlen elérése).

Jól illeszkedik a természet és a települési környezetbe látványilag.

Illeszkedik a természet és a települési környezetbe méretben.

Kreatívan használja a környezet adta lehetőségeket.

Újrahasznosított anyagokból, és természetes anyagokból építkeznek pl. nem épít egy új hajót, hanem átalakít egy régit.

Ha a változó vízszint érinti, akkor erre alacsony erőforrásigényű megoldást nyújt.

Minél kevesebb energiafelhasználásával működik.

Megújuló energiaforrásokat használ (nap, víz, szél).

Hulladéktermelése minimális.

Ételek, italok helyi termékekből készülnek, jó minőségű nyersanyagokból (öko-bio)

Természeti és társadalmi környezetével nem áll konfliktusban (jogi, zaj, fény)

Human komfort index megfelelő

### 2. Gazdaság

A helyszín pénzügyileg fenntartható: szolgáltatásai által önfenntartó vagy a település vezetésével hosszú távú megállapodásban áll a helyszín pénzügyi fenntartásáról.

Az alkalmazottak nincsenek kizsákmányolva

### 3: Társadalmi szerepvállalás - szemléletformálás - programok – kultúra

Köztéri funkciókat is felvállal.

Bárki számára elérhető ingyenes WC és mosdó.

Egész évben nyitva tart???

A területkialakításában minél magasabb a tágabb közösség szerepe (tervezés, kivitelezés, fenntartás).

A tervező, építész moderátorként is funkcionál.

Minden használó számára elérhető – gazdasági (magas árak), humán (kidobó ember) és építészeti (kerítés) eszközökkel sem korlátozza a részvételt.

Ingyenes programokat is nyújt.

Társas interakciót segítő területkialakítás.

Ár érték arány megfelelő (szolgáltatások minősége magas, az árak minél alacsonyabbak).

Elérhető szolgáltatások:

vendéglátás,

rekreáció – pihenés, kikapcsolódás,

sport – valamilyen pálya kijelölésével, területbiztosításával vagy eszközök elérhetőségével (kölcsonzés),

kulturális és művészeti programok,

egyéb a használók felmerülő speciális igényeinek megfelelő szolgáltatások (pl. gyerekprogramok, időseknek szólóprogramok, kutya barát helyszínek).

**4: szubjektív értékelés - hangulat, szolgáltatás színvonal, minőségérzet, higiénia, élmény, stb**

Van karaktere a helynek.

A helyszín önmagában élményt nyújt.

Erősíti a város és a folyó közötti érzelmi kapcsolatot.

Színvonalas szolgáltatások, programok.

Az alapvető higiéniai követelményeknek megfelel.

Története van a helyszínek és azt kommunikálják.

Az ott tartózkodók szubjektív biztonságérzete magas, biztonságos a hely.

A hely promóciója megfelelő, eljut a célcsoportokhoz.

**5: infrastruktúra**

A helyszín infrastruktúrája hosszas tartózkodásra alkalmas:

ivóvíz,

WC,

áram,

szelektív hulladéktárolás,

köztéri bútorok (lehet ülni rajta akkor is, ha nem fogyasztasz),

utak,

információs táblák (irányjelzők, programok),

biciklitárolás megoldott,

wifi,

biztonságot növelő eszközök (korklát),

árnyékolás,

esővédelem.

Mindenféle közeledéssel megközelíthető - autó, tömegközlekedés, kerékpár, gyalog.

Gyalogos és kerékpáros közelekedés biztonságosan megoldott (zebra, szintbeni közlekedés)



3. melléklet - Kérdőív