

DOI: 10.32347/2076-815x.2025.88.274-282

УДК 711.1

к.т.н., доцент **Голик Й.М.**,

g.jolana@ukr.net, ORCID: 0000-0001-5135-0711,

к.т.н., доцент **Кіс Н.Ю.**,

nadiya.kis@uzhnu.edu.ua, ORCID: 0000-0002-7330-2865,

Стецько І.І.,

ivan.stetsko@uzhnu.edu.ua, ORCID: 0009-0006-8027-490X,

Ужгородський національний університет

ФОРМУЛА ЩАСТЯ: МІСТОБУДІВНІ АСПЕКТИ

Висвітлені питання щодо формування комфортного міського середовища. Насамперед розглянуто питання формування щасливої особистості в міському просторі. В статті автори задаються питанням, який рівень комфортності має бути присутній в міському середовищі, щоб людина володіла певним «рівнем щастя».

Ключові слова: економічний успіх; міське середовище; місто; щастя; гігієні; функціональні зручності.

Вступ. Міську забудову, її значну територію, сьогодні розглядають як систему «людина – середовище проживання». Взаємодія між всіма її функціональними елементами в межах громадських центрів, житлових груп, кварталів чи мікрорайону є складною і багатогранною. Для оцінки планувальних систем основою є фізико-технічні і архітектурно-просторові характеристики. Головним є оцінка людиною рівня комфортної достатності. Це і сприйняття житлового середовища людьми, і забезпеченість ресурсами життєдіяльності, і утилізація відходів, і зручність в експлуатації, і управління процесами функціонального використання території. В цій системі людських цінностей, які відносяться до середовища перебування людей, можна виділити дві групи факторів, які можуть бути складовими щастя: перший – об'єднує суто індивідуальні потреби сім'ї і стосується середовища проживання (квартира, будинок, прибудинкова територія), другий – міські простори, невелика частина міста. Складові щастя досліджували вчені та організації з різних сфер, зокрема психології, соціології, економіки, урбаністики та нейронауки. Ідея вимірювання щастя як показника добробуту виникла в результаті усвідомлення, що економічні показники, такі як валовий внутрішній продукт (ВВП), не дають повної картини якості життя і благополуччя людей.

Виклад основного матеріалу. Американський психолог Ед Дінер розробив одну з основних концепцій вимірювання щастя через оцінку якості життя, базовану на внутрішніх відчуттях людини, а не тільки на зовнішніх показниках, таких як доходи. Пізніше Мартін Селігман у 2011 році ввів концепцію PERMA, яка включає п'ять ключових складових щастя: Positive emotions (позитивні емоції), Engagement (залученість), Relationships (стосунки), Meaning (сенс) та Achievement (досягнення). Річард Лейард у своїй книзі *Happiness: Lessons from a New Science* досліджував зв'язок між щастям і політикою, підкреслюючи роль соціальних і психологічних факторів у підвищенні рівня щастя суспільства. Енді Кларк і Девід Гілберт – нейробіологи та психологи, які досліджують зв'язок між роботою мозку та відчуттям щастя, підкреслюючи роль когнітивних процесів і адаптації. Американська психологиня українського походження Соня Любомирські (Sonja Lyubomirsky) відома своїми дослідженнями щастя та позитивної психології, є автором кількох популярних книг про щастя, включаючи "Як стати щасливим" (*The How of Happiness*). Вона виділила три ключові фактори, що впливають на щастя: генетика, обставини та свідомі дії, підкреслюючи важливість поведінкових звичок у підвищенні рівня щастя.

Всесвітній звіт про щастя (World Happiness Report) – щорічне глобальне дослідження, яке вимірює рівень щастя у різних країнах, базується на таких складових, як рівень доходів, соціальна підтримка, тривалість життя, свобода, корупція та щедрість.

Існує також поняття Індекс щастя (Happiness Index) – це показник, який використовується для вимірювання рівня щастя або добробуту громадян у певній країні чи суспільстві. Існує кілька версій індексу щастя, кожна з яких використовує різні методики для вимірювання, але всі вони мають на меті оцінити якість життя людей з огляду на їх суб'єктивне задоволення життям та об'єктивні соціально-економічні показники. Є декілька версій індексу щастя: Всесвітній індекс щастя (World Happiness Index), Індекс валового національного щастя (Gross National Happiness Index, GNH), Індекс добробуту (Better Life Index), Індекс щасливої планети (Happy Planet Index, HPI).

Цікаво що абсолютно різні підходи до оцінки щастя так чи інакше тісно пов'язані з містом, як середовищем де людина повинна бути щасливою. Дослідження, які оцінюють рівень щастя мешканців міст, підтверджують, що середовище міста – від якості інфраструктури до доступу до зелених зон – значно впливає на відчуття добробуту. Є приклади як щасливих міст, так і таких, де, незважаючи на економічний успіх, мешканці відчувають низький рівень щастя.

Наприклад Данія вже багато років займає одне з перших місць у Всесвітньому індексі щастя, а Копенгаген є прикладом міста, де люди почуваються дуже щасливими. Основними факторами є: висока якість життя, розвинута велоінфраструктура та громадський транспорт, збалансовані зелені зони, уважність до громадських просторів, соціальна підтримка і низький рівень нерівності, пріоритет інклюзивного і стійкого міського планування, що фокусується на екології та зручності для пішоходів.

Гельсінкі, Фінляндія вважається одним із найщасливіших міст світу. Успіх цього міста полягає в поєднанні соціальної безпеки, інноваційного підходу до урбаністики та сильної системи освіти. Серед ключових факторів: рівність і доступність соціальних послуг, екологічно чисте середовище та висока якість повітря, доступні культурні й освітні ресурси,

Також місто Веллінгтон, Нова Зеландія часто з'являється в списках міст з високим рівнем щастя. Тут екологія, невеликі відстані (значна увага до пішохідної доступності) до природи і моря, зручна транспортна система і якісні громадські простори.

Є і протилежні приклади: Гонконг, Китай є одним із найбагатших і економічно найуспішніших міст світу, але його мешканці нерідко відчують низький рівень щастя. Причинами цього є: висока щільність населення і мала площа житла, екологічні проблеми, такі як забруднення повітря, нерівність у доступі до житла та інших ресурсів; Каїр, Єгипет – одне з найбільших міст Африки, але його мешканці часто демонструють низький рівень щастя через сильну транспортну завантаженість і тривалі затори, погану екологічну ситуацію, відсутність інфраструктури для активного відпочинку та недостатній доступ до зелених зон.

Отже, вимірюючи індекс щастя, маємо розібратися в якості функціонально-планувальної структури міста. А саме, міська забудова і її оточення – це природно-антропогенна і техногенна системи, створені для життєдіяльності людей: роботи, сну, харчування, пасивного і активного відпочинку. Оцінка якості базується на методах кваліметрії – науки, яка має основи, що входять в гуманітарні, медико-санітарні, екологічні, спеціальні інженерні та архітектурно-планувальні дисципліни. Чи будуть ці аспекти формулою щастя?

Із точки зору філософії і психології первинні потреби людини впливають із потреб організму і певного бачення проблеми особистістю. Наприклад, відсутність в житловому довіллі деяких властивостей задоволення, викликає різноманітні захворювання, а повноцінне середовище не тільки важливою умовою фізичного і психологічного здоров'я, але і стимулює такі філософські абстракції, як потреба в красоті, істині і самовираженні. Всі ці потреби

об'єднані в інтегральному понятті якості, сукупності властивостей, які характеризують ступінь придатності просторів, використання по призначенню і задоволення потреб споживачів. Методи кваліметрії базуються на класифікації властивостей по рівням. Дерево властивостей представляє структуру якості. Вимоги до комфорту в різних історичних епохах були не рівнозначними. Зі зростанням технічних можливостей суспільства, зміною його ідеології і, що дуже важливо, зміною фінансового достатку людини змінюється його уява про зручності. Загалом розширюються рамки поняття, піднімається рівень і збільшується кількість вимог. Наприклад, зі зростанням рівня автомобілізації з'явилися потреби в кількості місць для паркування і стоянок автомобілів.

Комфортність треба розглядати не вузько, як гігієну і функціональні зручності в будинку і навколо нього, а й звертати увагу і на віддалене оточення. В сучасному місті таке оточення відіграє все більшу роль в оцінці якості забудови, оскільки може створити дуже несприятливий фон, знищити всі переваги благоустрою будинку і території. Розміщення будівлі може порушити екологічну рівновагу на території, а недостатньо тактично зведена будівля – змінити естетичне сприйняття старовинної вулиці чи простору району.

Безпека – важливий фактор формуванні відчуття комфортності, який залежить від впевненості, що перебування в середовищі не пов'язане із ризиком. Безпечність можна забезпечити, якщо звести забудову міцною, стійкою і довговічною, проїзди для транспорту відділити від пішохідних шляхів, відповідно інженерно упорядкувати. Турботою про безпечність руху надані і нормативні обмеження щодо ухилу трас, заборона на розміщення дитячих закладів поза межами житлової території, що ускладнює перетин вулиць на шляху до школи чи дитячого саду.

Гігієна середовища. Доповненням до традиційної санітарії в умовах особистої, сімейної і комунальної життєдіяльності тепер стала розповсюджена оцінка шкідливого впливу основних екологічних параметрів середовища, яке стимулює розвиток патологічних відхилень в організмі людини. Для комфортного перебування в просторі формують параметри середовища, які враховують функціональний стан людини. Розглядають такі умови, які необхідні для роботи та іншого виду діяльності, активного і пасивного відпочинку. А саме: тепловологістний режим, екологічна чистота середовища, аераційний режим інсоляція, шумове забруднення, вібрація, радіаційне випромінювання, зоровий комфорт, звуковий комфорт, тощо.

Функціональна комфортність – це зручність перебування людей та їх діяльність в штучному середовищі. В такому середовищі виникають просторові зв'язки, які вивчають у двох аспектах: антропометрії та психології поведінки людей в просторі. Простір психологічно оцінюється людиною із точки зору

віддалі і орієнтації. Наприклад, оптимізувати штучне середовище проживання можна, якщо надати йому властивості, які сприяють соціальній взаємодії, і для цього створити бажану модель поведінки людини.

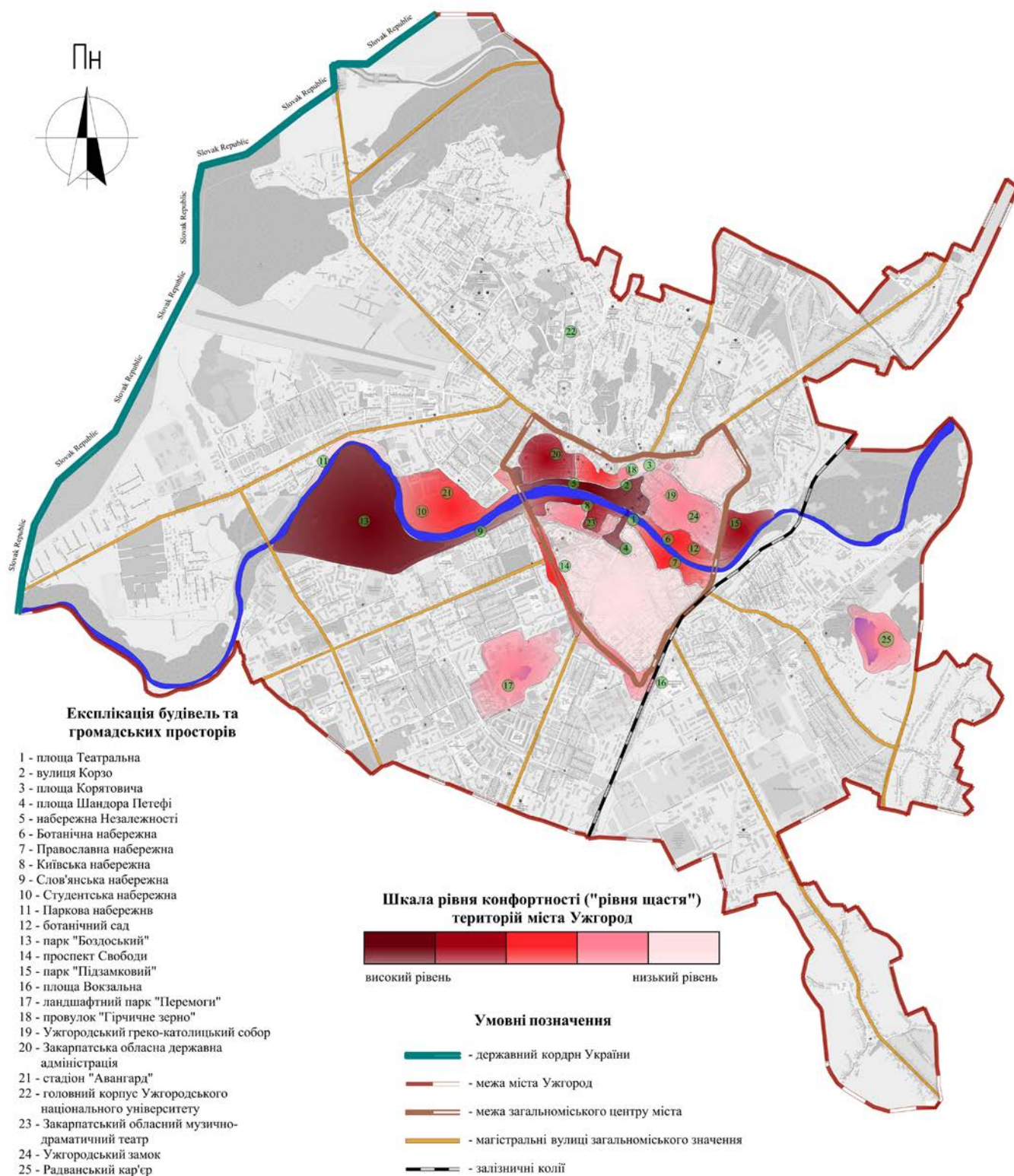


Рис. 1. Визначення рівня комфортності («рівня щастя») територій міста Ужгород

Визначити параметри цього середовища можна, якщо оцінити функціональні процеси, які проходять на житловій території, розробивши сценарій життєдіяльності людини, сім'ї чи групи людей. Розробка такого сценарію дає можливість виявити ключові моменти чи «точки переходу» від однієї функції простору до іншої. Визначити психологічний стан суб'єкта, його емоції, орієнтацію, відчуття, здатність переключатися із одного виду проведення часу на інший. Важливо встановити розумну міру інформаційного напруження середовища. Чи наблизимося ми до порогу щастя?

Говорячи про сценарії, слід звернути увагу ще на один аспект функціональної комфортності, це психологічна сумісність людей. Розробленому сценарію поведінки людей підпорядковують архітектурно-планувальну структуру прибудинкових територій. Встановлюють найважливіше для мешканців розміщення із елементів благоустрою і закладів соціально-побутового обслуговування.

Естетичне сприйняття забудови ототожнюють з зоровим комфортом. Видиме середовище міст відрізняється від природного і, як правило, знаходиться в протиріччі із законами зорового комфорту. Людство 90 % терміну становлення провело в природному середовищі і в процесі еволюції звикло до нього. Однак, за останні чверть тисячоліття стан мешканців міст кардинально змінився. Урбанізація надала змогу формувати штучне середовище, кардинально відмінне від природного. Особливо візуальне середовище міст змінилося за останні 100 років. В середині ХХ ст. природна функція втратила своє значення із-за стандартизації будівництва. Індустріалізація породила монотонну безлику забудову. Методи будівництва вступили в протиріччя із візуальним і тим більше художнім сприйняттям будівель і міських просторів. Подолати ці протиріччя – важлива задача. Під час реконструкції забудови необхідно враховувати соціальні контакти між людьми, нівелювати агресивність середовища. Наприклад, слід скористатися малими архітектурними формами благоустрою прибудинкових територій. Формуванням комфортного візуального середовища є колоритне оздоблення фасадів. Пофарбування фасадів збагатить житлову забудову, наситить її зоровими акцентами, виключить колірний голод. Зелені насадження впливають на візуальні характеристики міського середовища. Інколи достатньо озеленити декілька квадратних метрів двору, щоб створити комфортні умови близькі до природних.

Отже, житлове середовище – це середовище в якому людина проводить більшу частину свого життя, і саме це середовище формує її настрій, характер, уподобання, бачення певних ситуацій. Ми перебуваємо в фізичному просторі, який завжди з нами. Саме тому формула щастя повинна включати в себе також

і характеристику такого параметру, як середовище, і відповідно, цей параметр повинен входити в загальну Формулу Щастя.

Комфортне міське середовище може наблизити мешканців міста до щастя. І разом зі спеціалістами інших галузей ми можемо глибше вивчати цей феномен. Проаналізувавши різні підходи до визначення рівня Щастя, можна стверджувати, що в багатьох підходах є містобудівний аспект, який має різну вагу. Так як у кожній із цих моделей є характеристика яка стосується середовища проживання. Тобто містобудівний аспект представлений в більшій чи меншій мірі.

Для представлення щастя з точки зору містобудування можна розробити інтегровану модель, яка враховує ключові міські блага та їх вплив на відчуття щастя. Така модель об'єднає об'єктивні та суб'єктивні оцінки, спираючись на багатовимірний підхід із ваговими коефіцієнтами.

Математично це можна представити так:

$$Q_{happiness} = f(w_1R, w_2n, w_3S_i, w_4E, \dots) \quad (1)$$

де:

$Q_{happiness}$ – інтегральний показник щастя в міському середовищі;

R – доступність міських благ (радіус доступу до ключових функцій: парків, транспорту, медичних закладів тощо);

n – кількість доступних об'єктів (кількість місць для дозвілля, шкіл, кафе тощо);

S_i – якість середовища (чистота, озеленення, рівень шуму, безпека);

E – суб'єктивне сприйняття середовища мешканцями (задоволеність, комфорт...);

$w_1, w_2, w_3, w_4 \dots$ – вагові коефіцієнти, що відображають важливість кожного компонента.

При цьому виставляємо одразу умови (параметри): $R \rightarrow \min$ – відстань до міських благ повинна бути мінімальною; $n \rightarrow n_{in}$ – кількість об'єктів має бути достатньою (наприклад, не менше заданого стандарту); $S_{c.m} \leq S_i$ – мінімальна площа повинна відповідати стандарту; $E \rightarrow \max$ – суб'єктивне сприйняття має бути максимально позитивним.

Висновки. Науковий підхід демонструє, що щастя – це не випадкове явище, а баланс біологічних, психологічних і соціальних чинників.

Містобудівні аспекти щастя стосуються того, як фізичне середовище впливає на добробут, комфорт і задоволення жителів міста. Архітектура та планування можуть створювати середовище, яке сприяє емоційному та психологічному благополуччю, через кілька основних аспектів:

1. Доступність громадських просторів: парки, сквери, пішохідні зони та рекреаційні простори дають можливість відпочивати, взаємодіяти з іншими

людьми та насолоджуватися природою, що підвищує рівень задоволення життям.

2. Інклюзивність: планування міста має враховувати потреби всіх соціальних груп, включаючи людей з обмеженими можливостями, літніх людей, дітей, молодь. Інклюзивні простори сприяють рівності та гармонії в суспільстві.

3. Екологічна сталість: зелені зони, чисте повітря та водні ресурси є важливими факторами для здоров'я та психологічного стану жителів. Містобудування повинно враховувати екологічні аспекти для створення здорового міського середовища.

4. Мобільність і транспорт: зручна транспортна інфраструктура, яка включає громадський транспорт, велосипедні доріжки та пішохідні маршрути, зменшує стрес і робить пересування містом приємнішим.

PhD, associate professor **Jolana Holyk,**

PhD, associate professor **Nadia Kis,**

PhD student **Ivan Stetsko,**

Uzhhorod National University

THE FORMULA FOR HAPPINESS: URBAN PLANNING ASPECTS

The interaction between all the functional elements of urban development within community centres, residential groups, neighbourhoods or districts is complex and multifaceted. Physical, technical, architectural and spatial characteristics are the basis for evaluating planning systems, but the main thing is the human assessment of the level of comfort. This includes people's perception of the living environment, availability of vital resources, waste disposal, ease of use, and management of the functional use of the territory. In this system of human values that relate to the human environment, two groups of factors can be distinguished that can be components of happiness: the first group combines purely individual family needs and relates to the living environment (apartment, house, adjacent territory), and the second group includes urban spaces, a small part of the city. The components of happiness have been studied by scientists and organisations from various fields, including psychology, sociology, economics, urban studies and neuroscience. The idea of measuring happiness as an indicator of well-being arose from the realisation that economic indicators, such as gross domestic product (GDP), do not provide a complete picture of people's quality of life and well-being.

The purpose of the article is to study the issue of creating a comfortable urban environment, first of all, to consider the issue of forming a happy personality in the

urban space. The article raises the question of the level of comfort that should be present in the urban environment for a person to have a certain 'level of happiness'.

The article identifies the main factors that influence the 'level of happiness' of city residents, namely comfort, safety, environmental hygiene, functionality, and psychological compatibility. The main urban planning aspects that determine the 'level of happiness' are also highlighted, namely: accessibility of public spaces, inclusiveness of the environment, environmental sustainability, mobility and transport. In general, a comfortable urban environment can bring city residents closer to happiness, positively affect their well-being, comfort and satisfaction.

Keywords: economic success; urban environment; city; happiness; hygiene; functional amenities.

REFERENCES

1. Diener E., Suh E. M., Lucas R. E., & Smith H. L. Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*. 1999. Vol. 125(2). P. 276–302. {in English}
2. Gilbert D. Stumbling on Happiness [Електронний ресурс] / Daniel T. Gilbert. 2006. Режим доступу: https://www.researchgate.net/publication/230852822_Stumbling_On_Happiness. {in English}
3. Jacobs J. *The Death and Life of Great American Cities*. New York: Vintage Books, 1961. 458 p. {in English}
4. Layard R. Happiness: Lessons From A New Science [Електронний ресурс] / Richard Layard. 2005. Режим доступу: https://www.researchgate.net/publication/30529548_Happiness_Lessons_From_A_New_Science. {in English}
5. Lyubomirsky S. *The How of Happiness. A New Approach to Getting the Life You Want*. Penguin, 2008. 366 p. {in English}
6. Lynch K. *The Image of the City*. Cambridge, Massachusetts: The MIT Press, 1960. 202 p. {in English}
7. Seligman M. *Flourish: A New Understanding of Happiness and Wellbeing: The practical guide to using positive psychology to make you happier and healthier* / Мартін Селігман. 2011. 368 с. {in English}
8. Sustainable Historic Towns. Urban Heritage as an Asset of Development. Project Report National Board of Antiquities [Електронний ресурс]. Finland, 2003. Режим доступу: http://www.spatial.baltic.net/_files/SuHiTo_Report.pdf. {in English}