

INDYWIDUALNE ZAPOTRZEBOWANIE NA PRZESTRZEŃ – STREFA SNU

Jadwiga C. Żarnowiecka

Wydział Architektury Politechniki Białostockiej, ul. Grunwaldzka 11/15, 15-893 Białystok
E-mail: zarnow@pb.edu.pl

INDIVIDUAL NEED FOR THE SPACE – ZONE OF SLEEP

Abstract

Individual need for the space is connected with the temperament and the sensoric type represented by the user. The paper presents ways of solving the area of sleep in a double room in a students' hostel. Particular attention was paid to linking user's psychotype with the resolution of a place for sleep.

The design exercise completed in the academic year 2011/2012 by Białystok University of Technology, Faculty of Architecture students – interior design, master degree programme – is presented as an example.

Streszczenie

Indywidualne zapotrzebowanie na przestrzeń jest związane z temperamentem oraz typem sensorycznym reprezentowanym przez użytkownika. W publikacji zaprezentowane zostały sposoby rozwiązywania strefy snu w dwuosobowym pokoju w akademiku. Szczególną uwagę zwrócono na powiązanie psychotypu ze sposobem rozwiązania miejsca do spania.

Przykłady rozwiązań przedstawiono, posługując się ilustracjami zadania projektowego wykonanego w roku akademickim 2011/2012 przez studentów WA PB na kierunku architektura wnętrz – studia magisterskie.

Keywords: housing interior design; psychotype; hostel; place for sleep

Słowa kluczowe: projektowanie wnętrz mieszkalnych; psychotyp; akademik; miejsce do spania

*Budujemy olbrzymie budynki mieszkalne
i gigantyczne biurowce bez pojęcia o tym,
czego pragną ci, którzy będą je zajmować.*

Edward T. Hall

WPROWADZENIE

Wszyscy ludzie funkcjonują w przestrzeni: publicznej (terytorium grupy) lub prywatnej (terytorium jednostki). Kiedy jest to przestrzeń prywatna, każdy kształtuje ją wedle swoich jednostkowych upodobań i preferencji. A są one bardzo różne i powodują, że przestrzeń prywatna każdego człowieka ma swoje indywidualne cechy, swoją tożsamość. Na przestrzeni swego życia

człowiek podlega wielu wpływom, jest członkiem wielu grup społecznych. Od dzieciństwa – także poprzez te wpływy – kształtują się jego osobnicze preferencje. Jednak bezpośredni wpływ na kształt, wielkość, sposób zorganizowania przestrzeni (zwłaszcza tej prywatnej) mają cechy osobowe człowieka związane z prezentowanym przez niego temperamentem¹ oraz typem sensorycznym².

¹ Starożytni Grecy zdefiniowali cztery ludzkie temperamy: sangwinyk, choleryk, melancholik i flegmatyk.

² Określane są trzy główne typy sensoryczne (indywidualne wzorce myślenia): wizualny (wzrokowy), audialny (słuchowy), kinestetyczny (ruchowy), [3] [6] [7].

We wcześniejszych publikacjach zespołu naukowo-dydaktycznego³ szerzej opisane zostały zagadnienia: wykorzystania metody dyferencjału semantycznego [2] oraz definicji – opisu – zastosowania metaprogramów [4] w projektowaniu wnętrz. Istotą przedstawionej tutaj analizy projektowej była odpowiedź na hipotezę istnienia zależności pomiędzy psychotypem autora projektu (określonym przez temperament i typ sensoryczny) a sposobem zagospodarowania miejsca do spania. Wstępne spostrzeżenia z realizacji zadań zmierzających do potwierdzenia hipotez zawarte zostały w publikacji z 2006 roku [1].

1. OPIS ZADANIA

Przed studentami postawione zostało zadanie semestralne⁴ zaprojektowania pokoju dla dwóch osób w domu studenta⁵. Pokój ten miałby być zamieszkały przez autora projektu i jego koleżankę/kolegę.⁶ W przypadku projektu wnętrza dla dwóch użytkowników, które ma wypełnić wszystkie niezbędne funkcje, napotykamy dwie grupy problemów.

Pierwsza grupa wiąże się z niewielką przestrzenią⁷, na której należy pomieścić stosunkowo wiele funkcji. Bowiem w projektowanym wnętrzu powinny znaleźć się strefy: indywidualna-sypialna, jadalna, gościnna/wypoczynkowa, hobby, przechowywania przedmiotów codziennego użytku, odzieży, obuwia, rzeczy osobistych oraz miejsca do pracy, w tym przypadku dla studentów kierunku architektura lub architektura wnętrz.

Druga grupa problemów wiąże się ze świadomością psychologicznej złożoności każdego z użytkowników.

Miejsce, w którym spędzamy prawie jedną trzecią naszego życia, to nasze miejsce do spania. Jak niezwykle ważny jest *dobry sen*, wiedzą ci, którzy albo pracują w systemie zmianowym (na szczególnie dotkliwą nocną zmianę), albo podróżują, przekraczając strefy czasowe, albo ucząc się przed sesją egzaminacyjną – jak zwykli czynić to studenci. W czasie snu zachodzą specyficzne procesy, wyłącza się świadomość, regeneruje się organizm człowieka. Niedobór snu powoduje utrzymujące

się rozdrażnienie, zmęczenie i niski poziom odporności na stres. Dlatego zarówno czas, jak i miejsce do snu są ważne dla prawidłowego funkcjonowania człowieka.

2. MIEJSCA DO SPANIA, PROPOZYCJE ROZWIĄZAŃ

Studenci rozwiązywali rozplanowanie miejsca do spania w sposób zróżnicowany. Zgromadzone materiały semestralne pokazują kilka możliwych sposobów aranżacji miejsca do spania. Jednym z nich jest wysokość płaszczyzny (na której umieszczone zostało łóżko) w stosunku do poziomu podłogi pokoju. I tak, łóżko umieszczane było niejako standardowo lub nieco wyniesione powyżej poziomu podłogi, lub wyniesione powyżej (poziomu nadproża) drzwi wejściowych do pokoju. Dostępność miejsca wyniesionego zapewniona została poprzez: wysuwane szuflady (niewielkie wyniesienie – ryc. 1), mebla w kształcie schodów (ryc. 2) służącego do składowania rzeczy i przedmiotów (wyniesienie ponad poziom drzwi), za pomocą drabinki zamocowanej na stałe (ryc. 3) lub dostawianej (ryc. 4). Wyniesienie miejsca do spania zapewnia stosunkowo dużą przestrzeń do wykorzystania na inne aktywności lub jako miejsce do składowania ubrań, przedmiotów, materiałów do pracy, archiwizacji prac semestralnych itp.

Inny sposób zaklasyfikowania sposobu organizacji miejsca do spania to: ukryte, częściowo ukryte i otwarte.

Ukryte miejsce rozumiane jest w ten sposób, że niemożliwy staje się kontakt wzrokowy z drugą osobą przebywającą w pokoju. Studenci uzyskiwali takie rozwiązanie w postaci kilku wariantów poprzez wyniesienie miejsca do spania powyżej poziomu drzwi wejściowych. Jednym z nich jest całkowite „zamknięcie” przestrzeni do spania w formie „kapsuła” (ryc. 5). Innym sposobem jest umieszczenie łóżek wzdłuż dłuższej ściany (ryc. 3), a także pełne wizualne przesłonięcie w stosunku do przestrzeni pokoju (przy umieszczeniu wzdłuż krótszych ścian (ryc. 2) lub podzieleniu pokoju na trzy odrębne strefy, w tym dwie prywatne dla współlokatorów (ryc. 6).

³ Współpraca pomiędzy Białoruskim Narodowym Uniwersytetem Technicznym w Mińsku (RB) i Politechniką Białostocką w Białymstoku (RP). Pierwszy program naukowo-dydaktyczny zrealizowano w latach 2005-2008 [8]. Obecnie jest w toku realizacji program na lata 2010-2014 [9]. Współpracującymi zespołami kierują: ze strony białoruskiej – doc. Aleksandra Mazanik, ze strony polskiej – dr Jadwiga C. Żarnowiecka.

⁴ Na kierunkach: architektura i architektura wnętrz, na Wydziałach Architektury w Mińsku i w Białymstoku, w ramach projektów semestralnych, realizowane były trzy zakresy tematyczne: pokój dla dzieci, pokój w akademiku, pokój własny studenta. Pierwszy raz temat pokoju w akademiku zrealizowano w roku akademickim 2004/2005. W artykule wykorzystane zostały materiały z roku akademickiego 2011/2012 – projekt realizowany na Wydziale Architektury Politechniki Białostockiej na kierunku architektura wnętrz, studia II stopnia-magisterskie pod kierunkiem: E. Agranowicz-Ponomariewej, J. C. Żarnowieckiej.

⁵ Program zadania semestralnego oparty został na autorskich hipotezach zespołu naukowo-dydaktycznego: E. Agranowicz-Ponomariewa, A. Mazanik, J. C. Żarnowiecka w ramach realizacji współpracy międzynarodowej. [8] [9]

⁶ Para mieszkańców zajmujących wspólny pokój dobrana została dobrowolnie z grupy wykonującej zadanie projektowe.

⁷ Na potrzeby tego zadania projektowego, ustalona została wielkość i kształt pokoju: 3 m x 6 m = 18 m²; wysokość w świetle 3,2 m, drzwi wejściowe w dłuższej ścianie, rozmieszczenie okien – do wyboru – w krótszej bądź dłuższej ścianie, przy czym wielkość powierzchni okien powinna spełniać wymagania dotyczące doświetlenia światłem słonecznym pomieszczeń przeznaczonych na stały pobyt ludzi.



Ryc. 1. Proj. Paulina Roman; fot. autorka



Ryc. 2. Proj. Magdalena Nazarko; fot. autorka



Ryc. 3. Proj. Magdalena Olbryś; fot. autorka



Ryc. 4. Proj. Ewelina Dąbrowska; fot. autorka

Częściowo ukryte, kameralne rozwiązania umożliwiają częściowy kontakt wzrokowy z osobą znajdującą się w pokoju, jednak kiedy obie osoby znajdą się na swoich miejscach do spania, kontakt wzrokowy staje się niemożliwy (ryc. 3 i 4).

Otwarte miejsca pozwalają na stały kontakt wzrokowy, niezależnie od sytuacji (ryc. 7). Okazuje się, że w przypadku niektórych użytkowników możliwość rozmowy i utrzymywanie stałego kontaktu wzrokowego nie powodują dyskomfortu psychicznego, i są wręcz pożądane.

Sposób organizowania miejsca do spania można też opisać poprzez użyte rozwiązania techniczne. Zatem są to miejsca projektowane jako umieszczone na stałe lub podlegające różnego rodzaju transformacjom. Zaproponowane w projektach transformacje to miejsca do spania: wysuwane, opuszczano-podnoszone, odkładane.

Wysuwane miejsca do spania – np. jedno nad drugim (ryc. 8) – umieszczone zostało pod podestem, na którym zaprojektowano miejsce do przyjmowania gości. Innym sposobem było umieszczenie łóżka częściowo w obudowie meblowej (ryc. 9). To drugie rozwiązanie, w formie wsuniętej, pozwala na użytkowanie miejsca do spania jako siedziska, np. dla gości.

Opuszczano-podnoszone miejsce do spania to techniczne rozwiązanie pozwalające na ukrycie łóżka poprzez podniesienie go w ciągu dnia i umieszczenie pod sufitem oraz opuszczenie na stosowny poziom i wykorzystanie w porze nocnej (ryc. 10). Sposób taki pozwala na znaczne uwolnienie przestrzeni pokoju i, w tym przypadku, na uzyskanie w porze dziennej przestrzeni i rozłożenie stołu do pracy.

Odkładane miejsca do spania występowały w dwóch wariantach: odkładane wzdłuż krótszego

(ryc. 11) bądź wzdłuż dłuższego boku. Takie rozwiązanie pozwala na uwolnienie znacznej przestrzeni dla działalności związanej z pracą czy rozrywką. W jednym przypadku rozwiązanie to kryło w sobie miejsce do pracy, tzn. kiedy łóżko było odłożone na ścianę, spod niego wysuwał się stolik do pracy. Kiedy łóżko rozkładane było do snu, stolik do pracy chował się pod nie (ryc. 11 i 11a).

3. PSYCHOTYP A MIEJSCE DO SPANIA

Preferencje rozwiązania miejsca do spania wpływają ze specyficznej złożoności psychologicznej, a zatem reprezentowanego psychotypu.

Stosunkowo łatwo daje się zapotrzebowanie przestrzeni do snu dla użytkownika o konkretnym temperamencie.

Użytkownik o temperamencie *flegmatycznym* wydziela na potrzeby snu intymną podprzestrzeń. Może być ta przestrzeń wydzielona z przestrzeni pokoju fizycznymi przegrodami (ryc. 5). Mogą też być oba miejsca umieszczone wzdłuż dłuższej ściany tak, aby zapewnić wymaganą intymność i możliwość ukrycia się w swojej przestrzeni (ryc. 3).

Melancholik również potrzebuje wydzielenia podstrefy jako miejsca do snu, zwłaszcza dla zapewnienia sobie poczucia bezpieczeństwa (ryc. 7) – w tym przypadku łóżko zostało wyniesione powyżej poziomu widoczności osoby stojącej przy łóżku. Jednak wpływ wzorca kinestetyczno-wzrokowego u obu współmieszkańców spowodował brak przesłony tak charakterystycznej dla osób o temperamencie melancholicznym.

Sangwinik potrzebuje przestrzeni otwartej, swobodnej, wizualnie łatwej do ogarnięcia, uporządkowanej. Dlatego lokalizacja miejsca do spania powinna pozwolić także na całościowe postrzeganie przestrzeni wnętrza pokoju (ryc. 8) lub przynależnej mu indywidualnej strefy w pokoju (ryc. 6).

Choleryk potrzebuje otwartej przestrzeni, którą może zmieniać – zgodnie z potrzebami – poprzez różnego rodzaju transformacje. Pojawiają się mobilne elementy wyposażenia pokoju, ruchome łóżko albo łóżko podniesione, wymagające wspięcia się po drabince (ryc. 2 i 4).

Poznanie indywidualnego wzorca myślenia również pozwala na pewne uogólnienia dotyczące preferencji w projektowaniu miejsca do spania.

Kinestetyk chce zmieniać, transformować przestrzeń i dlatego proponuje rozwiązania mobilne, pozwalające na zmienne jej użytkowanie, by raz była miejscem do spania, po czym stała się miejscem do pracy (ryc. 11 i 11a).

Wzrokowiec będzie dążył do zapewnienia otwartości, jedności przestrzeni, uporządkowania kompozycyjnych elementów, które zagospodarują przestrzeń (ryc. 1, 2, 4).

Słuchowiec (typ audialny) podzieli i uporządkuje przestrzeń całego pokoju, dzieląc ją na stosowne podprzestrzenie, użytkowane przez współmieszkańców



Ryc. 5. Proj. Stanisław Gabrysiak; fot. autorka



Ryc. 6. Proj. Olga Zawada; fot. autorka



Ryc. 7. Proj. Magda Drobiecka; fot. autorka



Ryc. 8. Proj. Paulina Tyborowska; fot. autorka



Ryc. 9. Proj. Ewa Burak; fot. autorka



Ryc. 10. Proj. Izabela Grzelak; fot. autorka



Ryc. 11. Proj. Izabela Grzelak; fot. autorka



Ryc. 11a. Proj. Izabela Grzelak; fot. autorka

jako oddzielne, oraz wspólną część do przyjmowania gości (ryc. 6). Zapewni sobie przy tym oddzielenie wizualne strefy prywatnej.

PODSUMOWANIE

Przystępując do świadomego projektowania wnętrza pokoju mieszkalnego, celowe staje się określenie portretu psychologicznego użytkowników. Staje się to istotne ze względu na złożoność cech psychosomatycznych użytkowników, która wpływa na poziom zapotrzebowania na przykład na zamkniętość bądź otwartość stref prywatnych, kompozycję przestrzeni, sposób organizacji miejsc do pracy i do spania [3], [4]. W trakcie zajęć studenci pogłębiają samoświadomość własnych potrzeb związanych z użytkowaniem ich przestrzeni prywatnej. Uświadamiają sobie spektrum zróżnicowania tych potrzeb w przypadku innych użytkowników – przyszłych odbiorców ich projektów. Poprzez szukanie kompromisów i specjalistyczną wiedzę studenci dysponują dodatkowym „narzędziem” przy projektowaniu wnętrza mieszkalnych zarówno podczas studiów, ale także – a może zwłaszcza – podczas przyszłej pracy zawodowej.

LITERATURA:

1. **Agranowicz-Ponomarieva E., Mazanik A., Żarnowiecka J.C.** (2006), *Akademik – przestrzeń mieszkalna dla studentów architektury*, w: *Nauka – architektura – edukacja. 30 lat WA PB*, red. nauk.
2. **Agranowicz-Ponomarieva E., Żarnowiecka J.C.** (2009), *Interdyscyplinarne projektowanie wnętrz mieszkalnych*, w: „Przestrzeń i FORMA” nr 11, Szczecin, s. 27-34.
3. **Agranowicz-Ponomarieva E., Mazanik A., Żarnowiecka J.C.** (2009), *Dziecko w świecie dorosłych. Projektowanie wnętrz mieszkalnych z uwzględnieniem cech psychofizycznych człowieka*, Oficyna Wydawnicza PB, Białystok.
4. **Agranowicz-Ponomarieva E., Mazanik A., Żarnowiecka J.C.** (2011), *Ukierunkowane projektowanie wnętrz mieszkalnych*, „Architecturae et Artibus” nr 2, Białystok, s. 5-16.
5. **Hall E. T.** (1987), *Ukryty wymiar*, MUZA SA, Warszawa, wyd.2 1997.
6. **Markova D., Powell A.** (2006), *Twoje dziecko jest inteligentne. Jak poznać i rozwijać jego umysł*, Książka i Wiedza, Warszawa.
7. **O'Connor J., Seymour J.** (1996), *NLP. Wprowadzenie do programowania neurolingwistycznego*, ZYSK I S-KA, Poznań.
8. *Problem projektowania środowiska architektonicznego pod kątem psychofizycznych cech użytkowników*, Program roboczy współpracy naukowo-technicznej pomiędzy Białoruskim Narodowym Uniwersytetem Technicznym w Mińsku (RB) i Politechniką Białostocką w Białymstoku (RP) na lata 2005-2008.
9. *Wieloaspektowe kształtowanie architektonicznego środowiska dla młodzieży*, Program roboczy współpracy naukowo-technicznej pomiędzy Białoruskim Narodowym Uniwersytetem Technicznym w Mińsku (RB) i Politechniką Białostocką w Białymstoku (RP) na lata 2010-2014.