

NeuroSafe Cities

Co zmienić w mieście?



Until we are all equal

GROW
SPACE



Fundacja GrowSPACE

ul. Szczęsna 26

02-454, Warszawa

Publikacja rozpowszechniana bezpłatnie.



Projekt "NeuroSafe Cities" został sfinansowany ze środków Plan International Poland.

Osoby autorskie

Inga Błażejczak

Krzysia Gąsiorowska

Natalia Kalisz

Jan Pieniążek

Wiktoria Suchecka

Julia Świtła

Komentarze eksperckie

Natalia Kalisz

Krystyna Piątkowska

Aleksandra Stube

Wiktoria Suchecka

Julia Świtła

Skład, oprawa graficzna

Krzysztof Malinowski

Korekta

Jan Pieniążek

Nina Stugocka

NeuroSafe Cities

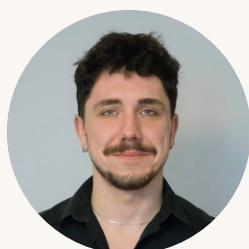
Co zmienić w mieście?

Spis treści

Wstęp	3
Słowo od koordynatora projektu	3
Omówienie merytoryczne	6
Komentarz ekspercki	11
Cel badawczy oraz hipotezy	15
Badanie ilościowe	20
Spacery Eksploracyjne	31
Wywiady Fokusowe	46
Komentarz ekspercki	76
Refleksje osoby Uczestniczącej w badaniu	79
Komentarz ekspercki	81
Analiza prawna	85
Komentarz ekspercki	100
Zakończenie	103

Wstęp

Słowo od koordynatora projektu



Jan Pieniążek

Koordynator projektu
Ekspert ds. Prawnych

W ostatnich latach osoby LGBTQ+ oraz osoby neuroróżnorodne stały się istotnym punktem debaty publicznej. Dyskusje te koncentrują się na ich prawach, potrzebie zwiększania świadomości społecznej oraz szerzeniu wiedzy dotyczącej orientacji, tożsamości i funkcjonowania mózgu osób neuroróżnorodnych.

Celem tych działań jest rzeczywiste włączenie przedstawicieli i przedstawicielek tych grup w życie społeczne – bez uprzedzeń, stereotypów i krzywdzących schematów. Wysiłki te obejmują zarówno postulaty zmian prawnych (np. równość małżeńska, prawo do adopcji, dostosowanie systemu edukacji), jak i działania w sferze społecznej – takie jak promowanie języka inkluzywnego, który nie wyklucza ani nie uprzedmiotawia.

Rzadziej jednak nasza uwaga kieruje się ku przestrzeni miejskiej. Dla osób heteronormatywnych i neurotypowych miasto nie stanowi zwykle kontekstu refleksji nad tożsamością, orientacją czy neuroróżnorodnością. Hałas w mieście traktujemy jako

tło codzienności – przeszkadzający jedynie przy kolacji w restauracji czy podczas odpoczynku. Architektoniczne udogodnienia odczytujemy jako wygodę, a obraźliwe graffiti jako element miejskiego kolorytu – czasem wart wrzucenia na Instagram.

Nie zastanawiamy się jednak, jaki wpływ ma przestrzeń miejska na osoby LGBTQ+ oraz osoby neuroróżnorodne. Co im przeszkadza? Czego się obawiają? Skąd mielibyśmy to wiedzieć – skoro jako społeczeństwo wciąż uczymy się rozumieć i akceptować różnorodność tożsamości, orientacji czy sposobów funkcjonowania mózgu?

Tymczasem przestrzeń miejska ma fundamentalne znaczenie – to w niej żyjemy, pracujemy, uczymy się i odpoczywamy. Hałas, który dla jednych jest jedynie irytujący, dla osób neuroróżnorodnych może być barierą nie do pokonania. Miejsca, których unikamy po zmroku, mogą stanowić poważne zagrożenie dla życia i zdrowia osób LGBTQ+.

Miasto powinno być przestrzenią otwartą i dostępną dla wszystkich – niezależnie od cech, które nas definiują. Dlatego we współpracy z PLAN International Poland postanowiliśmy zapytać bezpośrednio osoby LGBTQ+ oraz osoby neuroróżnorodne o ich doświadczenia związane z funkcjonowaniem w przestrzeni miejskiej.

W tym celu przeprowadziliśmy badanie ilościowe wśród młodzieży LGBTQ+ oraz młodzieży neuroróżnorodnej w wieku 15–21 lat. Uzupełniły je dwa spacery eksploracyjne – w Warszawie i Gdańsku – podczas których wspólnie analizowaliśmy miejską przestrzeń, diagnozując wyzwania i potrzeby. Pogłębione badania fokusowe pozwoliły nam lepiej zrozumieć zidentyfikowane wcześniej problemy.

W kolejnych rozdziałach znajdziecie kompleksową analizę przeprowadzoną przez zespół badawczy Fundacji pod kierownictwem Natalii Kalisz, wzbogaconą o komentarze eksperckie oraz rozdział prawny dotyczący możliwych kierunków zmian oraz sposobów ich przeprowadzenia.

Zwieńczeniem projektu jest opracowanie mapy drogowej – zbioru konkretnych rekomendacji dla władz Warszawy i Gdańska. Rekomendacji, które mają na celu realną poprawę codziennego funkcjonowania osób LGBTQ+ i osób neuroróżnorodnych w przestrzeni miejskiej.

Bo prawdziwa zmiana zaczyna się od codzienności.

Wstęp

Omówienie merytoryczne



Julia Świtała

Psycholożka

Członkini zespołu badawczego

Polska od 7 lat zajmuje niechlubne przedostatnie lub ostatnie miejsce w rankingu ILGA - Europe. Jest to szerokie badanie społeczne, które corocznie analizuje ogólną sytuację osób LGBT+ ze względu na podział na następujące kryteria:

- równość i niedyskryminacja,
- rodzina,
- przestępstwa z nienawiści i mowa nienawiści,
- prawne uznanie płci i nietykalność cielesna,
- przestrzeń społeczeństwa obywatelskiego,
- uzyskanie azylu.

W praktyce przejawia się to częstym wykluczeniem społeczności queerowej z przestrzeni społecznej. Zaczynają się one od problemów systemowych, przez relacje międzyludzkie, a kończą się trudnościami w regulacji emocjonalnej, zaburzeniami afektywnymi czy ogólnym poczuciem izolacji.

W miastach możemy zaobserwować liczne problemy w tym obszarze: miejsca niedoświetlone wzmagają poczucie zagrożenia, reflektory punktowe i migające światła mogą wywołać uczucie lęku i przeciążenie sensoryczne, zabetonowane przestrzenie nie stwarzają komfortu, wąskie uliczki i niejasne oznaczenia nie umożliwiają przestrzeni do wycofania się ze stresującej sytuacji. W ostatnich latach nastąpił znaczny rozwój architektury wykluczającej osoby w kryzysie bezdomności. Ławki o niskim komforcie, wiaty przystanków, które nie chronią przed opadami, murki opasane drutami to tylko kilka przykładów takich strategii. Poza brakiem skuteczności w rozwiązywaniu problemów systemowych, te metody szkodzą także innym grupom społecznym redukując i tak nieliczne miejsca odpoczynku. Doświadczanie wykluczenia nawet na poziomie udogodnień (a raczej ich braku) w otoczeniu, ma znaczący wpływ na zdrowy rozwój psychiki i nawiązywania bezpiecznych relacji.

Celowo podjęliśmy się badania zarówno społeczności LGBTQ+, jak i osób neuroatypowych (czyli z ogólnej grupy osób neuroróżnorodnych, które doświadczają trudności poznawczych, np. osoby na spektrum, z ADHD, z dysleksją). Liczne badania pokazują, że znaczna ich część identyfikuje się ze społecznością LGBTQ+. Ta prawidłowość przedstawia się w licznych badaniach dotyczących osób na spektrum. Zauważono, że jest to powtarzający się wzorzec - w Australii aż 76,3% respondentek w spektrum autyzmu określiło się jako nieheteroseksualne¹, w Stanach Zjednoczonych badanie

osób z ADHD ujawniło, że wykazywały one znacznie częstsze preferencje do angażowania się w aktywność seksualną z osobami tej samej płci niż osoby bez ADHD, a w Wielkiej Brytanii² okazało się, że neuroatypowe (inaczej: neuroróżnorodne) osoby dorosłe i młodzież odnajdują siebie w tęczowej społeczności około 8 razy częściej niż osoby neurotypowe (grupa badawcza objęła 1 183 osoby autystyczne i 1 203 nieautystyczne). Badania do książki "Kobiety i dziewczęta na spektrum autyzmu" wykazały, że połowa kobiet określiła się jako należące do grupy nieheteroseksualnej³. Świadomość społeczna w tej dziedzinie jest wciąż na wczesnym etapie rozwoju. W efekcie, badania dotyczące zależności określonego neurotypu i bycia częścią społeczności LGBTQ+ są nieliczne, a każde przeprowadzone studium dostarcza niezwykle cennych informacji.

Przynależąc do dwóch grup, jednostka jest narażona na doświadczenie dyskryminacji krzyżowej. Jest to złożony rodzaj wykluczenia, który przenika wiele sfer jednocześnie. Przykładowo - osoba z ADHD może mieć trudności z obowiązkami w miejscu pracy, ze względu na trudności z koncentracją i organizacją zadań, a będąc jednocześnie częścią społeczności LGBTQ+ może być negatywnie postrzegana przez homofobicznych pracodawców. W konsekwencji może ona być wykluczona z tworzenia wartościowych więzi w pracy, czy awansu na wyższe stanowiska.

Państwo, które wyklucza określone grupy społeczne tworzy wrogą atmosferę, która zdecydowanie nie zachęca do mieszkania w kraju. Nie bez powodu młode osoby często zgłaszają chęć wyjechania z Polski, gdy tylko osiągną pełnoletność. Obecnie, przestrzeń publiczna w miastach nie udostępnia gościnnych, bezpiecznych miejsc do wspólnego spędzania czasu (bez płacenia wysokiej ceny za kawę czy posiłek). Jest to kluczowy problem, który potęguje poczucie samotności, które jest już wystarczająco silne w grupach marginalizowanych. Poczucie osamotnienia w swoich przeżyciach i braku przynależności do ogółu społeczeństwa to problem, który może w konsekwencji prowadzić do zaburzeń psychosomatycznych, depresji, a nawet niechęcią do życia. W sytuacji, gdy osoby nie czują się komfortowo w swoim miejscu zamieszkania, funkcjonują na zasadzie przetrwania, przemieszczają się z miejsca na miejsce w pośpiechu, nie poświęcając tym chwilom transportu uwagi. Uważamy, że jest to znaczący problem, gdyż uważność nawet w pozornie nieznaczących etapach dnia ma znaczący wpływ na ogólne samopoczucie. Redukuje uczucie napięcia, ułatwia podejmowanie decyzji i zapobiega rozwojowi zaburzeń lękowych czy afektywnych⁴.

76,3%

**respondentek w spektrum autyzmu określiło się
jako nieheteroseksualne¹**

Oto kilka doświadczeń życia codziennego, które pozytywnie wpływają na dobrostan psychiczny:

- możliwość komfortowego odpoczynku na ławce po wyczerpującej podróży zatłoczonym środkiem komunikacji miejskiej;
- otoczenie sprzyjające wyciszeniu - zieleń, chodniki z dala od ulic, ciepła kolorystyka oświetlenia;
- symbole wspierające społeczność queerową w przestrzeni publicznej;
- estetyka przestrzeni - budynki wolne od wandalizmu i brak przebudźcowujących reklam.

Ład przestrzenny - to pojęcie opisujące przestrzeń, którą chcemy widzieć. Jest to miasto zagospodarowane w sposób harmonijny, przyjazne wszystkim społecznościom i klarownie oznakowane. Miasta dostępne dla wszystkich tworzą poczucie przynależności i bezpieczeństwa, a co za tym idzie wpływają na dobrostan psychiczny i produktywność jednostek. Za pomocą naszego badania chcemy przekazać głos osobom szczególnie dotkniętym tym problemem i zaprezentować alternatywne rozwiązania, które przyniosą korzyść dla ogółu społeczeństwa.

Wstępne założenia psychologiczne

Komentarz ekspercki



Jan Pieniążek

Koordynator projektu
Ekspert ds. Prawnych

Wstęp

Na co dzień rzadko zastanawiamy się nad tym, jak przestrzeń miejska odpowiada na potrzeby osób LGBTQ+. Znacznie częściej mówi się o dostosowaniach dla osób neuroróżnorodnych – takich jak tworzenie stref ciszy czy ograniczanie bodźców – co wydaje się bardziej oczywiste i intuicyjne. Tymczasem również osoby LGBTQ+ napotykają w miejskiej przestrzeni konkretne bariery – symboliczne, społeczne, a czasem nawet fizyczne. Jak zatem można kształtować miasto, by było ono bardziej otwarte, bezpieczne i inkluzywne dla wszystkich, niezależnie od orientacji seksualnej czy tożsamości płciowej? Po co to robić – i dlaczego właśnie teraz?



Aleksandra Stube

Psycholożka

Kim są osoby queerowe?

Wiedza o społeczności LGBTQ+ obejmuje wiele aspektów psychologicznych i seksuologicznych. Zarówno orientacja seksualna i tożsamość płciowa są integralnymi częściami człowieka, jego tożsamości, rozwoju, a nawet zdrowia fizycznego i psychicznego. By zrozumieć interakcję między utożsamianiem się ze społecznością LGBTQ+ a zdrowiem psychicznym należy poznać podstawowe pojęcia dot. seksualności człowieka.

Tożsamość płciowa to głębokie poczucie własnej płci, na którą składa się poczucie męskości i/lub kobiecości, a te komponenty mogą tworzyć tożsamość męską, kobiecą lub niebinarną poprzez jednego, obu lub żadnego z nich. Dziecko zaczyna identyfikować się z daną płcią już w wieku przedszkolnym – to jest szczególnie ważne, bo tożsamość płciowa jest związana ze społeczno-kulturowym spojrzeniem na płć (czyli tym, jak w społeczeństwie nazywana, kategoryzowana i opisywana jest dana płć), a dzieci w czasie swojego rozwoju przyswajają informacje, które przekazuje im otoczenie – społeczność, w której dorasta. Tożsamość płciowa może być spójna z płcią przypisaną przy urodzeniu na podstawie genitaliów (takie osoby nazywa się cisplciowymi) lub różna (takie osoby nazywa się transplciowymi).

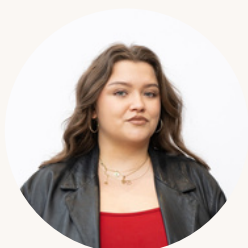
Orientacja seksualna to sposób, w jaki dana osoba odczuwa pociąg emocjonalny, romantyczny i/lub seksualny do innych osób. Określa, kto nas pociąga – może to być osoba tej samej płci (homoseksualność), innej płci (heteroseksualność), więcej niż jednej płci (np. biseksualność lub panseksualność) albo żadnej (aseksualność). Tożsamość dot. roli seksualnej wykształca się w wieku nastoletnim, bo właśnie wtedy zawiązują się pierwsze relacje i jednym z mocno rozwijających się obszarów jest seksualność. Nazw orientacji seksualnej jest dużo, każda z nich ma za zadanie bardziej lub mniej precyzyjnie opisać uczucia danej osoby.

Dlaczego perspektywa rozwojowa jest istotna?

Tożsamość płciowa i orientacja seksualna to nie choroba, zaburzenie, ani coś, co można wyleczyć. Są one naturalnymi elementami człowieka, które rozwijają się w każdym z nas. Społeczność LGBTQ+ to akronim symbolizujący różne tożsamości/orientacje m.in. geje, lesbijki, osoby biseksualne, transpłciowe. Osoby queer (reprezentowane w akronimie przez literkę Q) to bardzo szeroka grupa osób, które nie mieszczą się w tradycyjnych, heteronormatywnych i cispłciowych kategoriach (czyli takich, które zakładają, że normą jest heteroseksualność lub cispłciowość). „Queer” jest jak pojęcie-parasol, może oznaczać np. osoby nieheteroseksualne, osoby niebinarne, transpłciowe, czy każdą inną tożsamość, która wymyka się binarnym czy sztywnym podziałom. To słowo często używane jest świadomie jako wyraz sprzeciwu wobec sztywnych etykiet i ograniczających norm społecznych.

Bycie częścią społeczności LGBTQ+ wiąże się z wykluczeniem, a co za tym idzie doświadczeniem dyskryminacji i stresu mniejszościowego. Każdy z tych elementów ma silny wpływ na zdrowie psychiczne zarówno osób dorosłych, jak i dzieci i młodzieży. Samo łamanie norm płciowych np. ubieranie przez chłopców różowych ubrań może wiązać się z przemocą rówieśniczą. Doświadczenie nieakceptacji, wykluczenia, braku reprezentacji czy przemocy psychicznej i fizycznej prowadzi u osób queerowych do tzw. stresu mniejszościowego – czyli przewlekłego stresu wynikającego z życia w społeczeństwie, które nie uznaje lub odrzuca ich tożsamości. Stres ten może przyjmować formę wewnętrznej walki z samym sobą, czyli internalizacji negatywnych przekazów społecznych (np. poczucia wstydu, winy czy niechęci do własnej tożsamości). Młodzież LGBTQ+ znacznie częściej doświadcza stanów depresyjnych, lękowych, samotności, a także myśli i prób samobójczych. Dlatego tak ważne jest tworzenie bezpiecznych przestrzeni i wspierających środowisk, które nie tylko akceptują różnorodność, ale aktywnie ją wspierają i wzmacniają odporność psychiczną młodych osób queerowych. Nawet używanie prawidłowego (wybranego) imienia i zaimków w stosunku do młodych osób transpłciowych zmniejsza ryzyko stanów depresyjnych i kryzysów samobójczych. Zrozumienie i afirmacja tożsamości młodych osób LGBTQ+ to realne wsparcie ich dobrostanu psychicznego. **Każdy gest szacunku i akceptacji może być dla nich fundamentem bezpieczeństwa i zdrowego rozwoju.**

Cel badawczy oraz hipotezy



Natalia Kalisz

Socjolożka, badaczka społeczna
Przewodnicząca zespołu badawczego

Julia Świtała

Psycholożka
Członkini zespołu badawczego



Przestrzenie, w których poruszamy się na co dzień, stanowią zarówno kontekst, jak i fundamentalną determinantę naszego funkcjonowania. Kształtują nasze zdolności realizacji codziennych obowiązków, radzenia sobie z wyzwaniami i tworzenia satysfakcjonujących relacji. Miasta są specyficznymi ekosystemami, stworzonymi w celu zoptymalizowania dostępności zasobów i udogodnień. Służą rozwojowi społecznemu na znacznie większą skalę, niż miał on miejsce wcześniej. Dynamiczny postęp, obok swoich licznych zalet, niestety przyczynia się również do wzrostu potencjalnych niebezpieczeństw.

Projektowanie środowiska sprzyjającego współpracy i zaspokajaniu potrzeb powinno polegać na otwartości, dostępności i inkluzywności dla każdej jednostki.

Odpowiednio zaaranżowane otoczenie sprzyja koncentracji, redukcji stresu i wspiera pozytywne interakcje, podczas gdy nieadekwatna przestrzeń może prowadzić do frustracji, obniżenia produktywności i pogorszenia jakości relacji. W sytuacji, gdy określona grupa odczuwa wykluczenie ze wspólnych przestrzeni, nie możemy mówić o skutecznej realizacji tych założeń. Negatywne efekty niesprzyjającej architektury szczególnie odczuwają społeczności zagrożone wykluczeniem, takie jak osoby nieheteronormatywne czy neuroatypowe.

Ze względu na orientację seksualną czy tożsamość płciową ludzie mogą doświadczać stygmatyzacji przejawiającej się dyskryminacją jawną (np. mowa nienawiści, przemoc) i utajoną (np. wykluczenie ze spotkań towarzyskich, unikanie, brak zaufania). W sytuacjach, gdy systemowe rozwiązania zapobiegania dyskryminacji nie są wystarczająco skuteczne, przestrzeń publiczna powinna umożliwiać sprawne wycofanie się od intensywnych i przytłaczających bodźców. Miejskie labirynty wąskich, niejasno oznaczonych przejść zwiększają poczucie zagrożenia i uniemożliwiają ucieczkę w stresujących sytuacjach. Mowa nienawiści może przejawiać się też w formie graffiti na budynkach, które w żaden sposób nie jest kontrolowane ani usuwane. Oceniające spojrzenia i negatywne gesty wzmagają poczucie odmienności i braku przynależności. Mogą powodować obniżenie samooceny i niechęć do autentycznego wyrażania siebie.

Neuroatypowość (inaczej: neuroróżnorodność) to szerokie pojęcie, obejmujące zarówno osoby ze stwierdzonym diagnostycznie zaburzeniem neurorozwojowym, jak i jednostki identyfikujące się w ramach tej kategorii diagnostycznej. Mówimy tu zatem m. in. o osobach na spektrum, z ADHD czy dysleksją. Choć jest to grupa doświadczająca różnorodnych wyzwań, to jej reprezentantki i reprezentantów łączą specyficzne potrzeby. Przede wszystkim jest to potrzeba przewidywalności, która pomaga z organizacją codzienności i redukcją wewnętrznego napięcia. Osoby z tej społeczności mają tendencje do łatwiejszego przeciążenia bodźcami z otoczenia, a więc nagłe dźwięki, migające światła czy ruchome billboardy reklamowe są znacznymi utrudnieniami w ich codziennym funkcjonowaniu. Istotnym aspektem jest również dostępność miejsc odpoczynku, w których można się zrelaksować po doświadczeniu nadmiernej stymulacji otoczeniem.

W sytuacjach, gdy jednostka należy jednocześnie do obydwu grup i doświadcza różnych form dyskryminacji ze względu na podwójną przynależność, mówimy o występowaniu dyskryminacji krzyżowej. Odrębne grupy badań (m.in. w Szwecji, Australii czy Wielkiej Brytanii) dotyczących osób z ADHD i na spektrum pokazały przypadkową zależność, zgodnie z którą osoby z ADHD oraz osoby na spektrum znacznie częściej identyfikowały się ze społecznością queerową niż heteronormatywną^{1,5,6,7,8}. Widzimy tę zależność również w codziennym życiu, mediach społecznościowych

i kolejnych doniesieniach badawczych.

Nasze badanie analizuje czynniki istotne dla tych często przenikających się grup społecznych, co pozwala na wyciągnięcie wniosków mających zastosowanie w szerszej perspektywie społecznej. Wiemy, że doświadczenia samych osób neuroróżnorodnych i LGBTQ+ są kluczowe dla pełnego zrozumienia zagadnienia, dlatego bezpośrednio opieramy się na ich przeżyciach i doznaniach. Dążymy do identyfikacji zarówno konkretnych zagrożeń, jak i obszarów wymagających interwencji w celu stworzenia bardziej inkluzywnych i bezpiecznych przestrzeni. Spodziewamy się, że analiza zgromadzonych informacji przedstawi nam następujące zależności:

- osoby neuroróżnorodne i LGBTQ+ będą się kierować potrzebą bezpiecznej przestrzeni;
- intensywne bodźce dźwiękowe i zapachowe będą szczególnie uciążliwe dla osób neuroatypowych;
- obydwie grupy będą w szczególności unikać miejsc niedoświetlonych i z ograniczoną widocznością;
- osoby z grupy LGBTQ+ i neuroróżnorodne będą mieć podobne doświadczenie dot. zagrożeń w przestrzeni publicznej;
- poczucie bezpieczeństwa w danej przestrzeni będzie miało wpływ na częstotliwość korzystania z niej przez obie grupy;

- widoczne symbole akceptacji w przestrzeni publicznej oraz instytucjach (np. flagi, naklejki, oznaczenia) wpłyną pozytywnie na poczucie przynależności wśród grupy LGBTQ+;
- dostępność alternatywnych, zacisznych ścieżek wzbudzi poczucie spokoju i bezpieczeństwa w mieście wśród osób neuroróżnorodnych.

Powyższe hipotezy bazują na trudnościach, z którymi mierzą się osoby neuroróżnorodne, czy nieheteronormatywne min. przebodźcowanie sensoryczne, poczucie zagrożenia, dyskomfort psychiczny i emocjonalny, problemy z orientacją i ruchem, dyskryminacja i uprzedzenia. Powyższe założenia bezpośrednio nawiązują do głównego celu badawczego, który zakłada dążenie do zlokalizowania i zweryfikowania trudności obu grup w przestrzeni miejskiej. Do realizacji celu badawczego badanie zostało podzielone na 3 etapy badawcze, są to kolejno: ilościowe badanie ankietowe, spacer badawczy, wywiady fokusowe. Pierwszy etap skupia się na zweryfikowaniu, które obszary miejskie oraz bodźce z nimi związane są szczególnymi barierami dla obu społeczności. Drugi etap zakłada przemarsz ulicami miast w celu pogłębionej analizy miejsc, które charakteryzują się barierami wskazanymi w badaniu ilościowym. Ostatni etap badawczy - badanie fokusowe koncentruje się na pogłębionej analizie doświadczeń osób reprezentujących społeczność LGBTQ+ i/lub neuroróżnorodną, a także dąży do wypracowania rozwiązań miejskich w oparciu o doświadczenia osób respondenckich.

Badanie ilościowe

I etap badawczy



Wiktoria Suchecka

Socjolożka

Członkini zespołu badawczego

Cel badania

Badania ankietowe zostało przeprowadzone celem dokonania wstępnej diagnozy barier, trudności i wyzwań, z jakimi spotykają się osoby neuroróżnorodne i LGBTQ+ w przestrzeni miejskiej. Badanie miało charakter eksploracyjny i instrumentalny – stanowiło pierwszy krok w szerszym procesie analitycznym. Jego zadaniem było wskazanie najbardziej newralgicznych obszarów wymagających dalszych, pogłębionych analiz, które zostaną rozszerzone podczas spacerów eksploracyjnych oraz badań fokusowych z uczestnikami spacerów.

Ważne jest podkreślenie, że propozycje przestrzeni wskazanych w badaniu jako potencjalnie problematyczne nie zostały sformułowane arbitralnie. Zostały one opracowane na podstawie konsultacji z psycholożką specjalizującą się w tematyce neuroróżnorodności oraz zdrowia psychicznego, co pozwoliło oprzeć założenia badawcze na wiedzy eksperckiej i doświadczeniu klinicznym. Dzięki temu mieliśmy pewność, że skupiamy

się na lokalizacjach, które rzeczywiście mogą generować wysoki poziom dyskomfortu sensorycznego, emocjonalnego i społecznego dla osób z grup szczególnie narażonych na wykluczenie w przestrzeni miejskiej.

Problemy badawcze

Badanie skoncentrowało się na pytaniach, które pozwoliły nam rozpoznać podstawowe zjawiska i zarysować pola różnic oraz podobieństw w postrzeganiu przestrzeni miejskiej przez osoby badane:

1. Jakie bodźce w przestrzeni miejskiej są szczególnie uciążliwe dla osób neuroróżnorodnych oraz nieheteronormatywnych?
2. Które miejsca w mieście najczęściej wskazywane są jako źródło dyskomfortu?
3. Jakie cechy charakteryzują przestrzenie uznawane za nieprzyjemne lub niekochane?
4. Jakie konkretne bodźce okazują się problematyczne w wybranych typach przestrzeni miejskiej?
5. Które bodźce (dźwiękowe, wizualne, zapachowe) są najczęściej wskazywane jako szczególnie uciążliwe w przestrzeniach publicznych?
6. Czy poczucie bezpieczeństwa jest powiązane z określonymi bodźcami obecnymi w danej przestrzeni?
7. Czy istnieją bodźce lub czynniki, które pozostają neutralne lub nieistotne dla obu analizowanych grup?

Wszystkie te pytania miały na celu nakreślenie mapy trudnych doświadczeń oraz zapoczątkowanie szerszej debaty o inkluzywności i dostępności przestrzeni miejskiej. Choć materiał uzyskany na tym etapie nie wyczerpuje złożoności zagadnienia, stanowi ważny punkt wyjścia do dalszych prac – zarówno analitycznych, jak i interwencyjnych.

Metodologia badania

Badanie zostało przeprowadzone z wykorzystaniem ankiety internetowej, udostępnionej w mediach społecznościowych i sieci kontaktów organizacji działających na rzecz społeczności LGBTQIA+ oraz osób neuroróżnorodnych. Kwestionariusz składał się z pytań zamkniętych i otwartych, umożliwiających zarówno statystyczne opracowanie danych, jak i zebranie indywidualnych doświadczeń oraz refleksji.

Próba badawcza

Kwestionariusz ankiety został wypełniony przez 149 osób identyfikujące się jako osoby nieheteronormatywne i/lub neuroróżnorodne, z czego 22 osoby miały od 15 do 17 lat, a 84 osoby miały pomiędzy 18 a 21 lat. W ten sposób uzyskaliśmy 106 ważnych odpowiedzi.

Prezentacja wyników badania

Identyfikuje się jako	15 - 17 lat	18 - 21 lat	Suma całkowita
Osoba neuroróżnorodna	1%	10%	11%
Osoba nieheteronormatywna	5%	29%	34%
Osoba nieheteronormatywna oraz osoba neuroróżnorodna	15%	40%	55%
Suma całkowita	21%	79%	100%

Badanie wykazało, że osoby respondenckie nie lubią przebywać przede wszystkim w miejscach takich jak: centra imprez masowych, przejścia podziemne, centra handlowe. Przestrzenie te zostały wymienione przez ponad połowę uczestników, co wskazuje na ich silne skojarzenie z nieprzyjemnymi doświadczeniami. Ich wspólnym mianownikiem jest duże zagęszczenie ludzi, wysoki poziom hałasu, intensywne oświetlenie oraz często ograniczony dostęp do świeżego powietrza. Tego typu przestrzenie charakteryzują się wysokim poziomem stymulacji sensorycznej i niskim poziomem prywatności, co może wpływać negatywnie na poczucie komfortu psychicznego.



Co trzecia osoba badana natomiast wskazała ośrodki komunikacji miejskiej, takie jak dworce kolejowe, przystanki autobusowe czy stacje metra, a także nieznane części miasta jako miejsca, w których nie czują się swobodnie. Tego typu przestrzenie mogą być postrzegane jako nieprzewidywalne i potencjalnie niebezpieczne, szczególnie po zmroku. Dodatkowo, dla niektórych osób mogą wiązać się z brakiem orientacji w terenie i obawą przed zgubieniem się, co obniża poczucie bezpieczeństwa.

Ciekawym wynikiem jest również to, że co ósma osoba wyraziła niechęć do przebywania w zamkniętych przestrzeniach. Może to wskazywać na potrzebę unikania ograniczonych, zamkniętych środowisk, które mogą wywoływać uczucie duszności, braku kontroli czy niepokoju.

Podczas badania zapytaliśmy osoby uczestniczące także o to, jakie konkretnie trudności odczuwają w przestrzeniach, których unikają. Ich odpowiedzi wskazują, że bardzo ważnym problemem jest przebodźcowanie sensoryczne. Osoby respondenckie podkreślały, że sytuacje związane z tłokiem, ścisiskiem oraz koniecznością fizycznego kontaktu z obcymi osobami – np. w zatłoczonym metrze czy kolejce – są dla nich wyjątkowo obciążające.

*Zbyt dużo ludzi, mało naturalnego światła, zbyt 99
99 dużo sztucznych bodźców.*

*Jest za dużo ludzi, którzy mogą przez przypadek 99
99 ocierać się o siebie i mnóstwo hałasu.*

Do najczęściej wymienianych bodźców, które utrudniają przebywanie w różnych przestrzeniach, zaliczano także hałas, nagłe i niespodziewane dźwięki, a także intensywne, sztuczne światło. Podziemne przejścia również stanowią wyzwanie dla osób respondenckich. To właśnie te czynniki utrudniają funkcjonowanie w miastach i można z tego wnioskować, że przestrzenie te nie są dostosowane do potrzeb osób wrażliwszych sensorycznie.

*Centra imprez masowych i okolice składają się 99
często z pijanych i głośnych ludzi oraz z rażącego
99 oświetlenia i głośnej muzyki.*

*Tłok, za dużo hałasu, bycie "on edge", bycie 99
99 obserwowanym przez innych → masking.*

Obciążające jest również przebywanie w 99 miejscach, w których jest ograniczona możliwość ucieczki. Obawa przed „utknięciem” w niekomfortowej sytuacji potęguje poczucie 99 stresu i niepokoju.

Co istotne, poczucie braku bezpieczeństwa ma także charakter społeczny – wiele osób badanych mówiło o doświadczeniu zaczepiania na ulicach, często przez osoby nietrzeźwe lub agresywne. Dochodzą do tego także oceniające spojrzenia, niechciane interakcje i mikroagresje, które – choć czasem subtelne – mają ogromny wpływ na to, jak odbierane są konkretne miejsca. Publiczne przestrzenie stają się wtedy źródłem dyskomfortu emocjonalnego, a nawet lęku, co prowadzi do ich unikania lub konieczności psychicznego „przygotowywania się” przed wyjściem.

Ludzie szczekają na mnie, grożą pobiciem albo 99 śmiercią jak idę z chłopakiem za rękę.

Dużo agresywnego zachowania i ludzi pod 99 wpływem używek.

Jako gej: miasto, centra handlowe, ciemne uliczki 99 szczególnie po zmroku przez szanse, że zostaje zaatakowany (głównie przez doświadczenia po 99 takich sytuacjach).

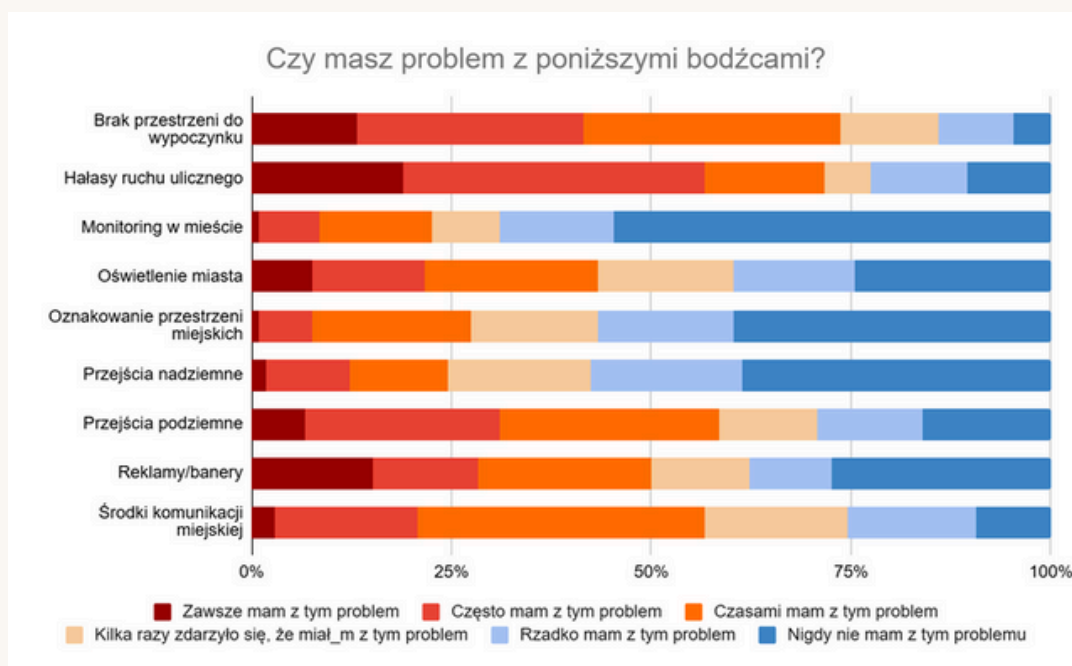
Możliwość bycia zmuszonym do interakcji 99 społecznej z kimś, np. z kontrolerem lub innym pasażerem w komunikacji czy na dworcu itp. Czucie się niekomfortowo pod ziemią oraz tłok 99 w metrze.

Czasem czuję wzrok innych, miałam też sytuację, 99 że ktoś mi groził pobiciem i wyzywał mnie 99 w autobusie.

W nieznanych częściach miasta czuję się 99 dezorientowany i przebodźcowany. W przestrzeniach zamkniętych czuję się ściśnięty, 99 jakbym nie miał miejsca na ruch.

W przejściach podziemnych pewnie niepokój 99 którego nie potrafię określić, a którego nie odczuwam np w innych zamkniętych 99 przestrzeniach.

W kolejnym pytaniu: "Czy masz problem z poniższymi bodźcami?" wyraźnie wskazywano, że istotnym problemem jest hałas ruchu ulicznego - zawsze bądź często ma z tym problem ponad połowa naszej próby badawczej. Dla wielu osób długotrwała ekspozycja na tego typu hałas prowadzi do rozdrażnienia, trudności z koncentracją, a nawet fizycznego zmęczenia. Można mówić tu o zjawisku tzw. „zmęczenia miejskiego”, będącego skutkiem przewlekłego przestymulowania układu nerwowego. Bodziec ten był znacznie częściej wskazywany przez osoby neuroróżnorodne, co jest związane z tym, że są one bardziej wrażliwe na przebodźcowanie dźwiękiem.



Regularnie utrudniają życie naszym osobom respondenckim reklamy i banery, a także brak przestrzeni do odpoczynku. Przejścia podziemne są oceniane jako bardziej problematyczne niż przejścia naziemne. Można to wiązać zarówno z poczuciem osaczenia (brak widocznego wyjścia, ciasne korytarze, słabe oświetlenie), jak i z kwestiami bezpieczeństwa – wiele osób wskazuje na obawy związane z możliwością bycia zaczepionym, brakiem obecności służb porządkowych czy utrudnioną ewakuacją. Istotne jest tutaj to, że jest to trudniejszy aspekt dla osób heteronormatywnych niż dla osób neuroróżnorodnych. Można przypuszczać, że wynika to z doświadczeń społecznych związanych z widocznością i tożsamością – o ile niektóre osoby w spektrum autyzmu mogą pozostać niezidentyfikowane przez otoczenie, o tyle osoby LGBTQ+ częściej narażone są na bezpośrednią przemoc werbalną, zaczepki czy oceniające spojrzenia.

Ciekawym wątkiem wydaje się to, że dla wielu osób problemami nie są: oznakowanie przestrzeni miejskich oraz monitoring miejski. Można przypuszczać, że wiele osób traktuje je jako elementy zwiększające bezpieczeństwo i przewidywalność przestrzeni. Wyraźne oznaczenia (np. kierunkowe tablice informacyjne, mapy, numery przystanków) oraz obecność kamer mogą sprzyjać poczuciu kontroli i orientacji w przestrzeni, co stanowi czynnik redukujący stres.

W naszym badaniu wybrzmiała także krytyka sposobu planowania i zagospodarowania przestrzeni publicznej. Osoby respondenckie wskazywały na brak miejsc do wypoczynku, takich jak ławki, zacienione skwery czy przyjazne przestrzenie zielone, które pozwalałyby im na chwilę wytchnienia w codziennym poruszaniu się po mieście. Zwracano uwagę, że nawet w miejscach potencjalnie przeznaczonych do zatrzymania się – np. placach, deptakach czy przystankach – często brakuje elementarnej infrastruktury umożliwiającej komfortowy odpoczynek.

Jednym z przywoływanych pojęć w tym kontekście była „betonoza” – krytyczne określenie nadmiernego i często nieprzemyślanego utwardzania przestrzeni miejskiej przy użyciu betonu kosztem zieleni. Osoby respondenckie wskazywały, że takie zabudowy powodują nie tylko wzrost temperatury (efekt miejskiej wyspy ciepła), ale też sprawiają, że przestrzenie stają się nieprzyjemne sensorycznie, nieestetyczne i wykluczające.

*Ogólnie źle zaplanowana przestrzeń –
- nieodpowiednia ilość zieleni skutkująca
wyższymi temperaturami lokalnie,
nieodpowiednio wytyczone chodniki, ścieżki,
często koszona trawa (jednoczesne pozbywanie
się kwiatów łąkowych, które dają poczucie
komfortu w przestrzeni silnie zurbanizowanej).*

*Dezorganizacja w przestrzeni publicznej (np. –
ludzie chodzą nie po tej stronie chodnika, rowery
wjeżdżają na drogę dla pieszych i piesi wchodzą
na drogę dla rowerów).*

Wyniki przeprowadzonego badania wyraźnie pokazują, że przestrzeń miejska – w swoim obecnym kształcie – często nie uwzględnia potrzeb osób neuroróżnorodnych oraz nieheteronormatywnych. Zamiast sprzyjać inkluzywności, komfortowi i bezpieczeństwu, wiele przestrzeni publicznych staje się źródłem stresu, przebodźcowania, lęku i społecznego wykluczenia. Jednocześnie w wypowiedziach osób uczestniczących w badaniu widać również potencjał – wskazują oni konkretne kierunki zmian, które mogłyby poprawić jakość życia w przestrzeni miejskiej. Należą do nich: lepsze planowanie urbanistyczne, wprowadzenie większej liczby zielonych, zacisznych przestrzeni, poprawa dostępności infrastruktury oraz dbałość o komfort sensoryczny i społeczne bezpieczeństwo.

Spacery eksploracyjne

II etap badawczy



Natalia Kalisz

Socjolożka, badaczka społeczna
Przewodnicząca zespołu badawczego

Cel badania

Celem drugiego etapu badawczego, jakim są spacery eksploracyjne jest pogłębienie analizy wyników pierwszego etapu, czyli ankiety ilościowej. W ankiecie zostały zebrane dane dot. najbardziej problematycznych miejsc oraz bodźców w przestrzeni miejskiej dla osób neuroróżnorodnych i/lub queerowych. Podczas spacerów chcemy bliżej zrozumieć, gdzie tkwi problem w przestrzeni miejskiej oraz jakie reakcje wywołuje wśród wymienionej grupy. Bezpośredni kontakt z osobami reprezentującymi społeczność, a także procesy, w które zostaną włączeni umożliwia badaczkom zrozumienie oparte nie tylko na przekazywanych komunikatów. Spacery badawcze wnoszą informacje przekazywane pozadyskursywnie - poprzez zaplanowane elementy fotograficzne oraz obserwacje dokonywane przez badaczki. Przeniesienie etapu badania do miejsca, które go bezpośrednio dotyczy pozwala na szerokie zrozumienie kontekstów, w których na co dzień funkcjonują osoby neuroróżnorodne oraz społeczność LGBTQ+.

Spacery eksploracyjne są jednocześnie pogłębieniem pierwszego etapu badań, ale również dają podstawy do konstruowania ostatniego etapu badawczego- wywiadów fokusowych. Jako składowa wszystkich wyróżnionych etapów badawczych, spacery łączą wiedzę dyskursywną z wiedzą cielesną, osadzoną w konkretnych miejscach. Dodają również empirycznego zrozumienia dla omawianego tematu.

Problemy badawcze

Główny problem badawczy: W jaki sposób problematyczne przestrzenie miejskie wpływają na osoby neuroróżnorodne i/lub queerowe?

Szczegółowe problemy badawcze:

1. W jaki sposób poszczególne bodźce wpływają na osoby neuroróżnorodne i/lub queerowe?
2. W jaki sposób konkretne przestrzenie miejskie oddziałują na osoby neuroróżnorodne i/lub queerowe?

Do każdego z problemów badawczych przypisano pytania badawcze:

Ad 1.

1. Co wpływa na pozytywną ocenę poszczególnych bodźców?
2. W jakich miejscach najczęściej pojawiają się problematyczne bodźce?
3. W jaki sposób osoby neuroróżnorodne i/lub queerowe radzą sobie z nieprzyjemnymi bodźcami?
4. Z jakich powodów poszczególne bodźce są oceniane negatywnie?

Ad. 2

1. Co wpływa na charakteryzowanie poszczególnych miejsc w perspektywie pejoratywnej?
2. Co wpływa na pozytywną ocenę poszczególnych miejsc?
3. W jaki sposób osoby neuroróżnorodne i/lub queerowe radzą sobie w miejscach, które są oceniane przez nie negatywnie?
4. Na czym polega poczucie dyskomfortu w poszczególnych miejscach u osób queerowych i/lub neuroróżnorodnych?
5. Jakie mechanizmy radzenia sobie z wyzwaniami przestrzeni miejskich są wspólne dla obu grup, a jakie je różnicują?

Próba badawcza

Na potrzeby badania zrealizowano 2 spacery eksploracyjne - w Warszawie oraz w Gdańsku. Łącznie wzięło w nich udział 11 osób respondenckich - 6 w Warszawie oraz 5 w Gdańsku. Do każdego spaceru rekrutowano osoby w wieku 15-21 lat. Wymogiem koniecznym do przystąpienia w badaniu była przynależność do społeczności LGBTQ+ i/lub osób neuroróżnorodnych, a także zamieszkiwanie w jednym z wyżej wymienionych miast.

Rekrutacja do badania odbywała się poprzez dedykowany formularz zgłoszeniowy, lub zgłoszenia w ankiecie. Formularz zgłoszeniowy promowany był na platformach społecznościowych Fundacji GrowSPACE, a także innymi kanałami, którymi odbiorcami są osoby LGBTQ+ i/lub osoby neuroróżnorodne (np. grupy na facebooku, platformy innych organizacji, które Fundacja GrowSPACE posiada w swojej sieci kontaktów). Ponadto, Fundacja dysponuje również siecią koordynatorów regionalnych w całej Polsce, którzy aktywnie wspierali rekrutację.

Parametr	Charakterystyka
Kryteria doboru	Osoby neuroróżnorodne i/lub osoby queerowe w wieku 15-21 lat z podziałem na 2 kategorie: osoby zamieszkujące w Gdańsku, osoby zamieszkujące w Warszawie.
Wielkość próby	6 osób w I kategorii, 5 osób w II kategorii (N=11), dobór celowy.
Metoda rekrutacji	Ogólnodostępne arkusze udostępniane na platformach społecznościowych Fundacji. Docieranie poprzez kanały innych organizacji oraz grup na facebooku. Korzystanie z sieci kontaktów koordynatorów regionalnych Fundacji GrowSPACE.
Etyka	Anonimowość, dobrowolność udziału, interdyscyplinarny zespół badawczy złożony z socjolożek i psycholożek.

Uzasadnienie metodologiczne: Dobór celowy pozwala na głęboką analizę zjawiska w kluczowych segmentach, a liczba uczestników zapewnia nasycenie danych przy zachowaniu logistyki badania oraz sprawny przebieg procesu badawczego.

Metodologia badania

Badanie przeprowadzono metodą spacerów eksploracyjnych z elementami metod badań wizualnych w postaci fotografii wykonywanych przez uczestników badania. Czas badania wynosił 2,5 godziny.

Skonstruowane narzędzie badawcze w postaci scenariusza spaceru zostanie umieszczone na końcu tego podrozdziału. Narzędzie było uniwersalne i stosowane

podczas obu spacerów, jednak podczas badania uwzględniane były lokalne specyfiki. Narzędzie zostało dostosowane do 2 różnych miast, z tego powodu funkcjonuje na wysokim stopniu ogólności. Każde z miast miało przygotowany indywidualny scenariusz w oparciu o przestrzeń, w którym zostało realizowane. Jednak jednostki analizy - klucze kodowe były takie same dla obu miast. Klucze kodowe pochodzą z analizy pierwszego etapu badawczego- ankiety ilościowej. Wyróżnione klucze kodowe:

- zieleń miejska,
- "betonoza" (termin używany przez respondentów w ankiecie wskazujący na brak zieleni),
- centra handlowe,
- przejścia podziemne,
- ośrodki komunikacji miejskiej,
- duże zagęszczenie ludzi,
- wysoki poziom hałasu,
- sztuczne, intensywne oświetlenie,
- zamknięte przestrzenie.

Powyższe klucze kodowe posłużyły za wytyczne ustalania tras spacerów eksploracyjnych. W dalszych pracach badawczych posłużą one również jako jednostki analizy badania.

W scenariuszu spaceru wyodrębniono etapy, które były nagrywane, celem dalszej transkrypcji materiału badawczego. Podczas transkrypcji każdy z wywiadów został odpowiednio zanonimizowany w taki sposób, aby poprzez cytowane wypowiedzi respondentów nie można było ustalić ich tożsamości. Z tego powodu wszystkie imiona i nazwy własne, które pojawiają się w cytowanych wypowiedziach są zmienione, poza nazwami miejsc, w których odbyło się badanie. Zmiany dokonane w celu anonimizacji nie wpływają jednak na sens wypowiedzi.

Z racji tematyki badania podczas prowadzenia spacerów dostępna była pomoc psychologiczna dla osób uczestniczących, a badaczki odpowiednio przygotowane w razie sytuacji niepożądanych.

Scenariusz do wyznaczenia trasy warsztatu:

1. Rozpoczęcie badania: zielona przestrzeń - park/skwer, gdzie grupa będzie mogła usiąść i swobodnie porozmawiać.

Moment integracji grupy. Badaczka zadaje grupie pytania:

- o imiona i zaimki,
- jakie mają oczekiwania względem spaceru,
- co najbardziej doceniają w życiu w mieście.

Rozmowa z uczestnikami zostanie nagrana. Badaczka informuje grupę o nagrywaniu, anonimizacji danych, dobrowolności uczestnictwa. Osobom uczestniczącym prezentuje się ramowy plan spaceru.

2. W trakcie spaceru: przemarsz ruchliwą ulicą
3. W trakcie spaceru: przejście przez ośrodek komunikacji miejskiej
4. W trakcie spaceru: przemarsz przejściem podziemnym.
5. W trakcie spaceru: przemarsz przez centrum/pasaż handlowy, lub inne miejsce charakteryzujące się dużym zagęszczeniem ludzi, hałasem, sztucznym oświetleniem, reklamami.
6. Zakończenie spaceru: zielona przestrzeń - park/skwer, gdzie grupa będzie mogła usiąść i swobodnie porozmawiać.

Badaczka proponuje ćwiczenie rozluźniające dla osób uczestniczących. Każdy z uczestników robi je indywidualnie. Badaczka dyktuje kolejno:

- pomyśl o 5 rzeczach, które teraz widzisz,
- pomyśl o 4 rzeczach których możesz teraz dotknąć,
- pomyśl o 3 rzeczach, które słyszysz,
- pomyśl o 2 zapachach, które teraz czujesz,
- pomyśl o 1 smaku, który czujesz.

Badaczka rozmawia z osobami uczestniczącymi o ich refleksjach po badaniu:

- jak się czują w związku z badaniem,
- czy któryś z ich zmysłów pracował szczególnie mocno podczas spacerów,
- najgorszy i najlepszy moment przemarszu.

Badaczka prosi o przesłanie wykonanych fotografii pod wskazany adres mailowy.

Większość przemarszy powinna odbywać się w ciszy. Osoby uczestniczące w badaniu powinny zostać poinformowane o skupieniu się na własnym ciele i przestrzeni, która ich otacza, a także na wykonywaniu fotografii, jeśli coś w przestrzeni przykuje ich uwagę.

Jeden przemarsz (w spokojniejszym miejscu) powinien skupiać się na rozmowie. Badaczka zachęca osoby uczestniczące do aktywnego komentowania przestrzeni, w której się znajdują.

Pomiędzy przemarszami powinny odbywać się 10 minutowe przerwy, w których badaczka zbiera werbalne refleksje od osób uczestniczących na temat poruszania się w danej przestrzeni. Powinny zostać nagrane. Podczas każdej przerwy badaczka zapowiada dalszą część spaceru.

Plan spaceru w Warszawie

1. Ogród Saski (zielona przestrzeń, która otwiera badanie).
2. Przemarsz ulicą Marszałkowską do Rotundy (marsz ruchliwą ulicą).
3. Przystanek przy Rotundzie:
Badaczka zadaje pytanie jak czują się osoby uczestniczące po tym fragmencie badania, co sprawiło trudność, a co było przyjemne. Badaczka pyta o zmysły: czy było coś, co szczególnie oddziaływało na: wzrok, węch, słuch, dotyk, smak.

4. Przemarsz przez przejście podziemne w kierunku Dworca Śródmieście.
5. Przystanek przy zejściu podziemnym na dworzec Warszawa Śródmieście. Badaczka zadaje osobom uczestniczącym pytanie jak czuli się podczas tego przemarszu.
6. Przemarsz przez dworzec Warszawa Śródmieście, następnie Dworzec Centralny aż do hali Głównej Dworca Centralnego.
7. Przystanek: Hala Główna Centralnego.
Badaczka zadaje osobom uczestniczącym pytania: jak czuli się podczas przemarszu, a jak czują się w tym miejscu.
8. Przemarsz ulicą Emilii Plater.
Badaczka zachęca osoby uczestniczące do artykułowania na głos rzeczy, które przykuwają ich uwagę.
9. Park Świętokrzyski (zielona przestrzeń, która zamyka badanie).

Plan spaceru w Gdańsku

1. Skwer Mały Błędnik (zielona przestrzeń, która otwiera badanie).
2. Przemarsz przez ulicą Wały Jagiellońskie do Hali dworca Gdańsk Główny (marsz ruchliwą ulicą).
3. Przystanek w Hali Dworca Gdańsk Główny.
Badaczka zadaje pytanie jak się osoby uczestniczące czują po tym fragmencie badania, co sprawiło trudność, a co było przyjemne. Badaczka pyta o zmysły, czy było coś, co szczególnie oddziaływało na: wzrok, węch, słuch, dotyk, smak.
4. Przemarsz przez przejście podziemne przy dworcu do Doliny Handlowej Gdańsk Główny.
5. Przystanek Dolina Handlowa.
Badaczka zadaje osobom uczestniczącym pytanie, jak czuli się podczas tego przemarszu.
6. Przemarsz do Skweru Heweliusza.
Badaczka zachęca osoby uczestniczące do artykułowania na głos rzeczy, które przykuwają ich uwagę.
7. Skwer Heweliusza (zielona przestrzeń, która zamyka badanie).

Prezentacja wyników badania

Źle zaprojektowana przestrzeń

Podczas spacerów eksploracyjnych dyskusję o przestrzeni zdominowały uwagi o niedostatecznej przestrzeni miejskiej w stosunku do liczby osób, która ją użytkuje. Dla osób badanych najtrudniejsze okazują się przestrzenie, które charakteryzują się ściskiem, dużym tłokiem. Miejsca, które można przypisać do tej kategorii to przede wszystkim wąskie ulice, ruchliwe przejścia dla pieszych, przejścia podziemne, zwłaszcza, jeśli w ich okolicach pojawiają się ośrodki komunikacji miejskiej.

Problem tych miejsc nie wynika z samej liczby osób, które gromadzi, a raczej niewłaściwym rozplanowaniem przestrzeni. Respondenci zwrócili uwagę m.in. na niedostateczne/nieczytelne oznakowanie przestrzeni, które sprawia kłopotów w poruszaniu się w przestrzeni, zwłaszcza podczas dużego nagromadzenia ludzi. Ponadto zwrócono uwagę, że większość oznaczeń jest przedstawiona graficznie, a brak alternatywy np. w postaci komunikatów dźwiękowych wyklucza osoby z niepełnosprawnościami. Osoby uczestniczące w badaniu bardzo często wypowiadały się o dużej ilości reklam i banerów w przestrzeni miejskiej, co może być dodatkowo drażniące, kiedy funkcjonują w tych samych miejscach, co oznakowania przestrzeni sprawiając, że te stają się mniej czytelne.

Z wypowiedzi osób respondenckich wynika, że duża liczba osób użytkujących przestrzeń nie stanowi sedna problemu. Podczas rozmowy o intensywnych dźwiękach miasta osoby badane nie wskazywały, że problemem jest gwar rozmów i inne dźwięki, których przyczyną jest człowiek. Jako uciążliwe bodźce słuchowe wskazywano przede wszystkim odgłosy technologii, maszyn, a zwłaszcza środków komunikacji. Przede wszystkim wspomniano o bliskości przejeżdżających aut zwłaszcza przy ruchliwych trasach, ale również dźwięki pociągów i tramwajów, zwłaszcza w przejściach podziemnych. Zauważono również problem w głośnej sygnalizacji świetlnej, bramkach metra itp.

Miejsce, które najczęściej zostało skategoryzowane jako zatłoczone i ciasne to przejścia podziemne. W tych miejscach dokuczliwy jest nie tylko tłok, ale również oświetlenie, którego barwa i intensywność często stwarza dyskomfort wśród osób respondenckich. Dodatkowo jedna z osób badanych zauważyła, że problemem jest "kontrast", który pojawia się, kiedy ze światła dziennego przechodzi się w światło stosowane w podziemiach. Za niekomfortowe uznano brak dostępu do świeżego powietrza, a co za tym idzie duszność, która dodatkowo podsycana przez lokale gastronomiczne znajdujące się w takich miejscach, ale również niski poziom czystości tych miejsc. Jako przyczynę wskazywano np. brak śmietników w przejściach podziemnych. Z istotną wadę w planowaniu przestrzeni miejskiej osoby uczestniczące w badaniu uznały brak alternatyw dla przejść podziemnych- zdarza się, że przejście podziemne jest

jedyną możliwą trasą dotarcia z punktu A do punktu B.

Omawiając ośrodki komunikacji miejskiej zwrócono uwagę, że wiele problemów takich miejsc można by rozwiązać poprzez bardziej uważne zaprojektowanie przestrzeni. W tym kontekście wskazano np. palarnię przy dworcu centralnym, która znajduje się przy drzwiach wejściowych, przez co cały dym tytoniowy jest wyczuwalny w hali dworca. Ponadto osoby badane doceniły komunikaty dźwiękowe w ośrodkach komunikacji miejskiej, jednak zauważono, że są one zagłuszane przez pociągi i tramwaje.

Relacja osób neuroróżnorodnych oraz LGBTQ+ z miastem

Osoby, które uczestniczyły w badaniu niemal jednogłośnie podkreślały swoją sympatię względem miast zamieszkania. Najbardziej doceniają szeroką ofertę życia kulturalnego, którą proponują miasta, a także możliwość samorozwoju dzięki dostępnym w miastach opcjom. Wskazywały również na pozytywny impakt dostępności komunikacyjnej miast. Te opinie wskazują na potrzebę uczestniczenia w życiu społecznym, korzystania z możliwości oferowanych przez miasta. Potrzeba aktywności jest odczuwalna pomimo tego, że jak dotychczas wskazaliśmy - przestrzeń miejska nie sprzyja osobom neuroróżnorodnym i LGBTQ+.

Podczas badania osoby respondenckie wykazywały się dużą wrażliwością w stosunku do społeczności miejskiej. Bardzo często zauważano potrzeby innych grup zagrożonych wykluczeniem oraz wskazywano, jak poszczególne bodźce i miejsca mogą wpływać negatywnie na poszczególne jednostki. Na dworcach kolejowych doceniano różne formy komunikatów - tablice informacyjne oraz komunikaty dźwiękowe, pomimo że te ostatnie wskazywane były jako przebodźcowujące. Piętnowano nierówne nawierzchnie oraz strome schody w podziemiach nie tylko ze względu na własną perspektywę, ale również podkreślano potrzebę zaopiekowania osób z niepełnosprawnościami, matek z wózkami czy osób starszych. Ponadto podczas badania w Gdańsku jeden z przystanków spacerów odbywał się nieopodal otwartej imprezy dla lokalnej społeczności. Osoby uczestniczące w gdańskim spacerze wskazywały, że duża ilość osób, ciasna przestrzeń i głośne dźwięki muzyki są dla nich przytłaczające. Jednak pomimo tego wskazali oni na korzyści płynące z wydarzenia dla gdańszczan. To wskazuje nie tylko na wrażliwość społeczną osób neuroatypowych oraz osób LGBTQ+, ale również na wysoki stopień otwartości na ogólną społeczność miejską.

Podczas badania największy komfort wskazywano w otoczeniu zieleni miejskiej - w parkach, na skwerach. Wskazywano na niedostateczną ilość zieleni, jednocześnie krytykując „betonozę” (*określenie, którego używały osoby respondenckie*). Parki wskazywano jako miejsca odpoczynku, których brakuje zwłaszcza w centralnych

częściach miast. Są to miejsca cenne zwłaszcza z perspektywy osób neuroróżnorodnych ze względu na możliwość regeneracji po doświadczeniu dużej ilości bodźców, na które te osoby są szczególnie wrażliwe.

Pomimo otwartości na przestrzeń miejską i jej mieszkańców, osoby uczestniczące w badaniu wskazywały, że kiedy ich poczucie bezpieczeństwa jest zachwiane to wynika to głównie z obecności innych osób. Jest to problem, z którym borykają się głównie osoby nieheteronormatywne. Przede wszystkim wskazywano tutaj interakcje z osobami, które publicznie głoszą homofobiczne hasła. Zwracano na to uwagę szczególnie w Warszawie, gdzie na tzw. patelni co jakiś czas pojawiają się legalne zgromadzenia nastawione przeciwko społeczności LGBTQ+. Poza tym wskazywano na problem utraty bezpieczeństwa, głównie wieczorami i nocami. Podczas badania pojawił się głos, że na poczucie zagrożenia po zmroku wpływają m.in. osoby w kryzysie bezdomności. Osoby respondenckie wskazywały również, że poziom lęku zwiększa się w zaniedbanym, brudnym otoczeniu. Potwierdzały to częste głosy zwracające uwagę na estetykę przestrzeni, w której osoby się znajdowały - stan budynków, śmieci na ulicach itp.

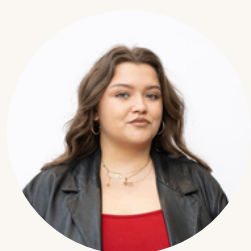
Fotografie

Podczas spaceru osoby uczestniczące fotografowały miejsca, które są dla nich trudne. Fotografie wykonywane były na potrzeby wywiadu fokusowego, który jest kolejnym etapem badawczym. Poszerzona analiza fotografii nastąpi podczas analizy wywiadów grupowych. Natomiast należy zauważyć, że powyższe wnioski z badania potwierdzają się w fotografiach, które zostały wykonane podczas spacerów. Dominują na nich remonty, ośrodki komunikacji miejskiej, ciasne przestrzenie, nierówne nawierzchnie oraz duży tłok. Fotografowana przestrzeń na ogół jest nieuporządkowana i chaotyczna.



Wywiady fokusowe

III etap badawczy



Natalia Kalisz

Socjolożka, badaczka społeczna
Przewodnicząca zespołu badawczego

Cel badania

Ostatnim etapem badawczym całego procesu były wywiady fokusowe z uczestnikami spacerów eksploracyjnych. Jako zwieńczenie badania ten etap koncentrował się na rozwinięciu oraz domknięciu kwestii, które zostały poruszone podczas ankiety ilościowej oraz spacerów. Przede wszystkim celem wywiadów grupowych była identyfikacja potrzeb osób queerowych i/lub neuroróżnorodnych w kontekście funkcjonowania w przestrzeni miejskiej. Jednak ten etap poruszał to zagadnienie w oparciu o zaproponowane rozwiązania przez osoby reprezentujące obie grupy. Na bazie wyników spacerów, gdzie osoby respondenckie mapowały przede wszystkim wyzwania i trudności, z którymi mierzą się na co dzień, badaczki próbowały poznać proponowane rozwiązania bezpośrednio od grup narażonych na dyskryminację. Jest to krok, który pozwala na jak największą decyzyjność i autonomię osób badanych w procesie pozyskiwania danych.

Oddanie platformy do mówienia o swoich problemach, a także proponowaniu konkretnych rozwiązań stawia dyskryminowanych jako ekspertów we własnej sprawie i walce o swoje prawa.

Problemy badawcze

Główny problem badawczy: W jaki sposób osoby LGBTQ+ i/lub neuroróżnorodne chciałyby, aby ich trudności w przestrzeni miejskiej zostały rozwiązane?

Szczegółowe problemy badawcze:

1. W jaki sposób osoby neuroróżnorodne i/lub queerowe postrzegają działania na rzecz zminimalizowania nieprzyjemnych bodźców?
2. W jaki sposób osoby neuroróżnorodne i/lub queerowe postrzegają działania na rzecz poprawy warunków w przestrzeniach miejskich, które stanowią dla nich największe wyzwanie?

Do każdego z problemów badawczych przypisano pytania badawcze:

Ad 1.

1. Które z nieprzyjemnych bodźców są najłatwiejsze do wyeliminowania według osób neuroróżnorodnych i/lub queerowych? Dlaczego akurat te?
2. Które z nieprzyjemnych bodźców są najtrudniejsze do wyeliminowania według osób neuroróżnorodnych i/lub queerowych? Dlaczego akurat te?

3. Na których bodźcach najbardziej zależy obu społecznościom w kontekście przeciwdziałania? Dlaczego akurat na tych?
4. Jakie rozwiązania odnośnie trudnych bodźców proponują osoby neuroróżnorodne i/lub queerowe?
5. W jaki sposób eliminacja poszczególnych bodźców wpłynęłaby na poprawę dobrostanu osób neuroróżnorodnych i/lub queerowych w mieście?

Ad. 2

1. Które bodźce są najtrudniejsze w określonych przestrzeniach klasyfikowanych jako nieprzyjemne przez osoby neuroróżnorodne i/lub queerowe?
2. Czy istnieją sytuacje, w których ten sam bodziec jest neutralny w jednej przestrzeni a problematyczny w innej?
3. W jaki sposób osoby neuroróżnorodne i/lub queerowe łączą swoje potrzeby z realizacją interesów konkretnych przestrzeni?
4. W jaki sposób proponowane rozwiązania przyczyniają się do poprawy dobrostanu obu społeczności?
5. Czy istnieją przestrzenie, w których osoby neuroróżnorodne i/lub queerowe mapują swoje trudności, ale nie są w stanie zaproponować konkretnych rozwiązań?

Próba badawcza

Osoby uczestniczące w badaniu fokusowym to te same osoby, które brały udział w wywiadach eksploracyjnych. Szerzej próba badawcza została omówiona przy okazji analizy spacerów eksploracyjnych.

Zaangażowanie tych samych osób w oba etapy badawcze to celowy zabieg. Nawiązanie dłuższej współpracy z osobami respondenckimi pozwala na nawiązanie więzi nie tylko z badaczką, ale również pozostałymi osobami w grupie. Wpływa to korzystnie na przebieg procesu badawczego zwłaszcza w kontekście tej konkretnej próby badawczej, która składa się z osób doświadczającej dyskryminacji. Stworzenie bezpiecznej przestrzeni dla osób uczestniczących w badaniu to konieczność zwłaszcza w perspektywie stygmatyzacji oraz stresu mniejszościowego. Zbudowanie zaufania w tej grupie pozwala na dotarcie do wiarygodnych i trudno dostępnych danych dla osób spoza obu społeczności.

Ponadto wspólna praca osób uczestniczących w badaniu oraz badaczek pozwala na odniesienie się do spacerów eksploracyjnych podczas wywiadów grupowych. W odstępie czasu pomiędzy II a III etapem badawczym osoby badane doświadczały przestrzeni miejskiej w sposób bardziej uważny, wyposażone w narzędzia nabyte podczas wspólnych spacerów. Zależało nam na zweryfikowaniu doświadczeń z II etapu badawczego podczas wywiadu fokusowego.

Metodologia badania

Badanie przeprowadzono metodą zogniskowanych wywiadów grupowych z wykorzystaniem elementów technik wizualnych w postaci analizy fotografii wykonywanych podczas spacerów eksploracyjnych. Wywiady fokusowe pozwalają na wzajemną interakcję oraz dyskusję pomiędzy osobami respondenckimi, co jest kluczowe w kontekście celu badania, które zakłada propozycję konkretnych rozwiązań problemów zidentyfikowanych podczas spacerów eksploracyjnych. Zrealizowano 2 wywiady - w Gdańsku oraz w Warszawie. Czas trwania badania wynosił 1,5 godziny.

Strukturę wywiadu grupowego uporządkowano w oparciu o scenariusz wywiadu. Narzędzie skonstruowano uniwersalnie dla obu grup. Uwzględniono jednak lokalne specyfiki. W wywiadach użyto fotografii wykonanych lokalnie, przez osoby uczestniczące w spacerach eksploracyjnych. Dobór fotografii odbył się na podstawie selekcji przeprowadzonej przez zespół badawczy. Wykorzystane fotografie przedstawiały jak najwięcej bodźców i miejsc, które określono jako trudne podczas analizy spacerów eksploracyjnych. Selekcja dotyczyła również jakości wykonanych fotografii.

Scenariusz wywiadów fokusowych

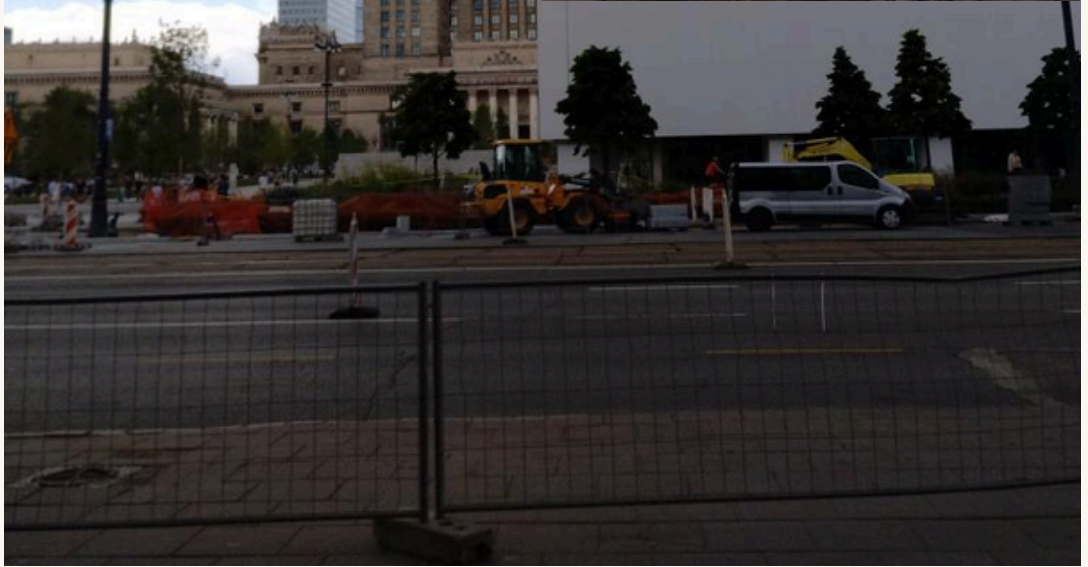
1. Pytanie: Jakie refleksje przychodzą wam do głowy po spacerze z perspektywy czasu?
2. Pytanie: W jaki sposób spacer zmienił Wasze spojrzenie na miasto?
3. Pierwsza technika projekcyjna: Badaczka prezentuje fotografie wykonane na spacerze. Osoby uczestniczące dzieli na 2 grupy. Otrzymują kartki z wydrukowanymi bodźcami/tudnościami. Badaczka prosi, żeby przypisać kartki z hasłami do konkretnych fotografii. Wyniki zostaną omówione na forum.
4. Omówienie techniki projekcyjnej:
 - Jakie bodźce przypisaliście do poszczególnych fotografii?
 - Dlaczego ułożyliście je w taki sposób?
 - Jak radzicie sobie w takich przestrzeniach?
 - Jakie macie wskazówki dla innych, żeby zminimalizować trudności w takich przestrzeniach?
 - Jakie macie pomysły na naprawę tej konkretnej przestrzeni?
5. Pytanie: Jakie znacie praktyki z innych miast/ przestrzeni, które są sprzyjające dla osób neuroróżnorodnych i/lub queerowych?
6. Pytanie: W jaki sposób te praktyki można wprowadzić w Warszawie/Gdańsku?

7. Druga technika projekcyjna: Każda z osób uczestniczących dostaje czystą kartkę oraz przybory plastyczne. Badaczka prosi o zaprojektowanie przestrzeni przy Pałacu Kultury i Nauki/na terenie starego miasta w Gdańsku, która byłaby dla nich przyjazna. Na koniec badaczka prosi o zaprezentowanie i omówienie swoich projektów.

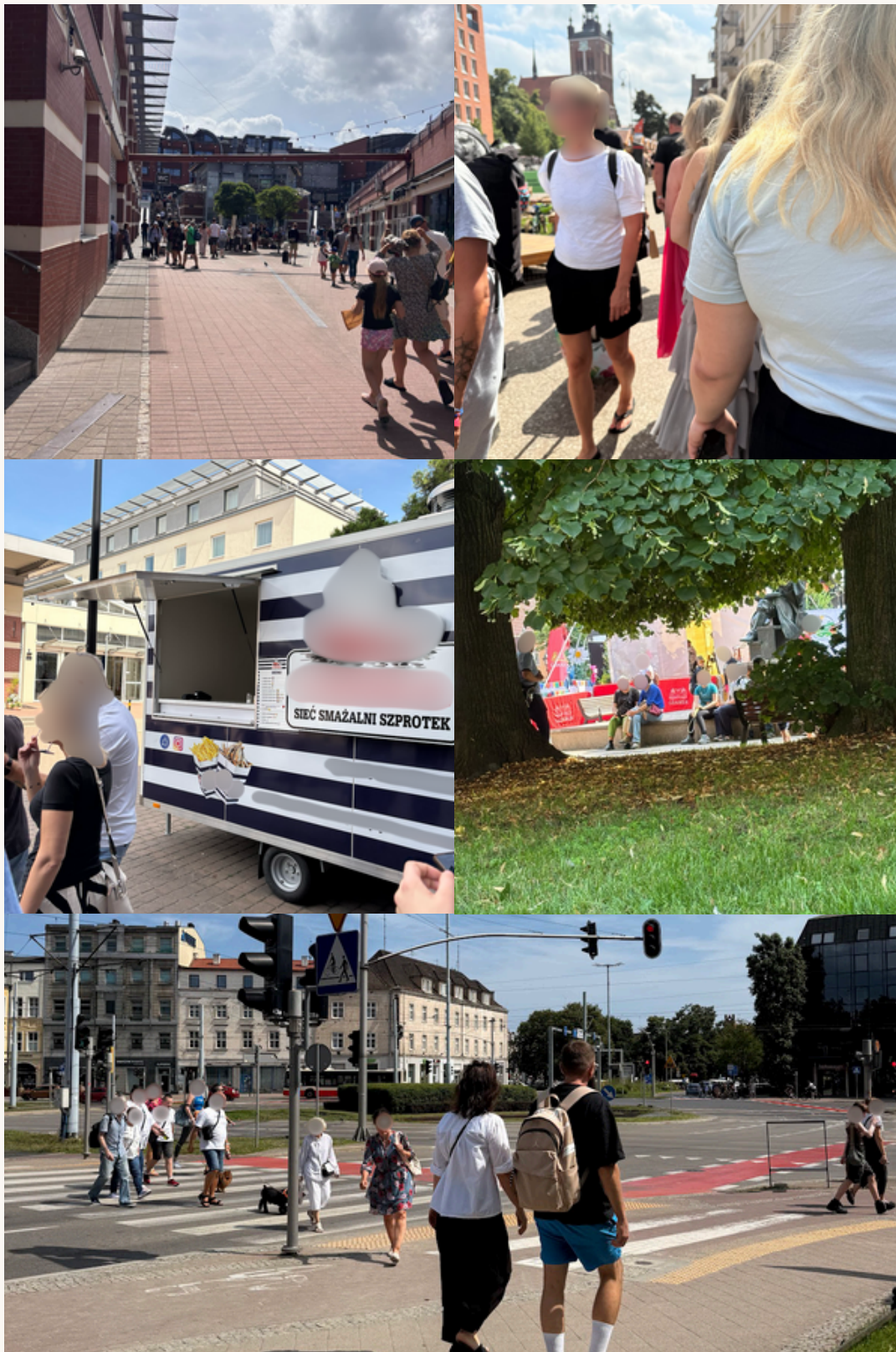
Wykorzystane fotografie w pierwszej technice projekcyjnej:

Warszawa





Gdańsk



Wykorzystane hasła (bodźce) w pierwszej technice projekcyjnej*:

- brak dostępu do świeżego powietrza,
- chaos,
- brak oznakowania przestrzeni,
- niepożądane dźwięki,
- nieprzyjemny zapach,
- wykluczenie,
- przytłaczająca przestrzeń,
- drażniące światło,
- tłok,
- ścisk,
- hałas,
- brak zieleni,
- brak miejsc do odpoczynku,
- niepożądane interakcje,
- otwarta przestrzeń,
- brak poczucia bezpieczeństwa,
- problemy z nawierzchnią,
- duża ilość bodźców w jednym momencie,
- utrudniona mobilność,
- brak alternatyw.

* - Hasła pochodzą z II etapu badawczego. Są to terminy, którymi operowały osoby uczestniczące w badaniu

** - AFAB to skrót od angielskiego terminu "assigned female at birth", oznaczający osobę, której płeć żeńska została przypisana przy urodzeniu

Prezentacja wyników badania

Urefleksyjnienie przestrzeni miejskiej

Na samym wstępie należy zaznaczyć, że podczas wywiadów fokusowych wskazano na kwestię urefleksyjnienia przestrzeni miejskiej po spacerach eksploracyjnych. Osoby uczestniczące w badaniu odnotowały, że proces badawczy stał się dla nich wsparciem w odbiorze i interpretacji nie tylko samej przestrzeni miejskiej jako takiej, ale również pozwolił na obserwację własnych nawyków i zachowań, które do tej pory pozostawały nieuświadomione. Przede wszystkim odnotowano udział zmysłów w odbieraniu przestrzeni, które wśród grupy osób badanych były bardzo aktywne, ale dopiero proces badawczy pozwolił im to odkryć. Ponadto osoby AFAB** odnotowały, że dotychczas zawsze wybierały trasy, w których czuły się najbezpieczniej - czy to ze względu na zagrożenie ze strony innych osób, czy narażenia na nieprzyjemne bodźce. Przy tej kwestii również wskazano, że przed spacerem eksploracyjnym nie zastanawiały się nad tym. Można powiedzieć, że działało się to mimowolnie i poza ich świadomością. Spacery stworzyły okazję do autoanalizy własnych wyborów dnia codziennego. Z tego wypływa wniosek, że doświadczenie dyskryminacji, zwłaszcza tak znormalizowanej, niezawsze jest uświadomione przez osoby narażone na wykluczenie, choć niewątpliwie wpływa to na ich codzienne funkcjonowanie.

*I ja na przykład zauważyłam, że się boję bardziej 99
koło takich miejsc przechodzić, gdzie na ogół po
prostu zmieniałam stronę ulicy, ale teraz tak
bardziej świadomie jakby widzę to, kiedy ja na
przykład przechodzę specjalnie na drugą stronę,
żeby być dalej od jakiegoś takiego skrzyżowania, albo
od piwnicy, albo od wejścia do podwórka, nie?
I to jest takie coś, co zauważyłam w sumie po
tym spacerze, jak jeszcze zobaczyłam właśnie
kontrast różnych przestrzeni Warszawy. To mi
99 tak zapadło w pamięć.*

(Respondentka 2)

*Teraz czuję po prostu to miasto, jak się wręcz 99
czuję te wszystkie zmysły. Nawet jak teraz
wróciliśmy do tego miejsca, minęło trochę czasu.
Czuję wszystkie zmysły i cały czas, jak to miasto
99 oddziałuje na mnie.*

(Respondent 5)

Niewidzialna kartografia przetrwania

W poprzednim rozdziale poruszono kwestię celowej zmiany trasy w celu zapewnienia sobie bezpieczeństwa oraz komfortu przez osoby neuroróżnorodne i/lub queerowe. Jednak zjawisko to zostało bardzo obszernie opisywane przez osoby respondenckie, co wskazuje na dużą skalę zjawiska, jak i również jego powszechność. Jest to zjawisko, które u części osób badanych było wykonywane bezrefleksyjnie, jednak w grupie wybrzmiały głosy, które wskazywały na świadomość tego procesu. Należy również podkreślić, że była to najczęściej zgłaszana forma radzenia sobie w przestrzeni miejskiej.

Niewidzialna kartografia przetrwania, ponieważ tak nazwaliśmy to zjawisko, polega na unikaniu określonych przestrzeni, czyli na dobieraniu trasy, która jest względnie przystępna pod względem np. bodźców. Wymaga to od osób neuroróżnorodnych oraz queerowych poświęcania czasu na dostosowanie przestrzeni pod wyzwania, z którymi się mierzą. Podczas chodzenia po mieście osoby aktywnie kalkulują, którą stronę ulicy przejść, jak poruszać się po skrzyżowaniu, żeby zapewnić sobie bezpieczeństwo. Niejednokrotnie wiąże się to z wydłużeniem trasy oraz poświęconego czasu na piesze przemieszczanie się. Problemem tego typu rozwiązania jest to, że jest ono skuteczne wyłącznie w przestrzeniach, które są znajome, w miejscach nieznanych narażenie na niepożądane bodźce i interakcje dalej występuje. Kolejnym mankamentem tej techniki "oswajania przestrzeni" jest brak alternatyw. Zdarza się, że bez względu na włożone wysiłki w opracowanie trasy spaceru osoby respondenckie i tak zmuszone są do korzystania z trudnych przestrzeni, ponieważ stanowią one jedyną możliwą drogę dotarcia do określonych punktów.

Stosując tę technikę osoby respondenckie unikały miejsc, które wywołują w nich lęk, poczucie zagrożenia lub dyskomfort. Zgłaszano, że celowo unikają miejsc o intensywnych zapachach, ciasnych, tłocznych, a także zlokalizowanych w podziemiach, ponieważ to właśnie tam najbardziej narażone są na trudne doznania.

Również zaniedbane przestrzenie, w których panuje chaos, niska dbałość o porządek oraz nieprzyjemne zapachy wskazano jako miejsca, których unika się najczęściej, ponieważ sama atmosfera takich miejsc wprowadza poczucie zagrożenia.

Podczas wywiadu z osobami mieszkającymi w Warszawie często przywoływanym przykładem unikanego miejsca była tzw. patelnia. Trzeba przez nią przejść, żeby dostać się do istotnych punktów komunikacyjnych. W tym miejscu osoby są narażone na duży hałas samochodów, środków komunikacji. Panuje tam duży ruch, a dodatkowo sytuację pogarszają osoby, które próbują wejść w niechciane interakcje z pieszymi (m.in. fundraiserzy, osoby reklamujące określone usługi itp.). Jest to również miejsce w którym odbywają się zgromadzenia uliczne. Poza tym, że przysparzają one kolejnych głośnych dźwięków to często uwzględniają one mowę nienawiści w kontekście społeczności LGBTQ+, co również jest powodem ogromnego dyskomfortu wśród osób respondenckich. Z tego powodu jednym ze sposobów radzenia sobie z nieprzyjazną przestrzenią, zaproponowanych przez osoby uczestniczące, jest unikanie określonych miejsc jak np. warszawska patelnia w godzinach szczytu. To rozwiązanie również wykazuje niską skuteczność ze względu na częsty brak możliwości unikania tak ważnego komunikacyjnie miejsca w określonych godzinach.

Zauważyłem u siebie to, żeby na przykład ९९ nie przechodzić przez to przejście w podziemne przy patelni, że potrafię nadrobić pieszo po prostu spory kawałek od stacji Świętokrzyska na przykład. Po prostu tylko po to, żeby nie przechodzić niekomfortowo. (...) Właśnie pod patelnią były właśnie takie, są takie przestrzenie po prostu nieprzyjazne, typu wąskie tunele, które są bardzo użyteczne komunikacyjnie dla wielu ludzi, ale mogłoby być zorganizowane po ९९ prostu lepiej.

(Respondent 3)

Przede wszystkim, jeżeli już muszę przez taką ९९ przestrzeń przejść, to staram się robić to nie w godzinach szczytu, żeby robić tak kiedy nie ma aż ९९ tak dużo ludzi, nie jest aż tak gorąco.

(Respondent 6)

Zwróciłam też uwagę, że rzeczywiście ja na ९९ przykład bardzo świadomie dobieram ścieżki, którymi chodzę zazwyczaj. Tak jak, nie wiem, tam gdzie niedaleko, gdzie mieszkam i ulica, którą chodzę do metra zazwyczaj. Tam zazwyczaj szło się po jednej stronie, która była tuż obok wyjść z podwórek, z kamienic. Było dość ciemno i generalnie dość niekomfortowo. To w końcu druga strona tej ulicy została wyremontowana i od tamtej pory chodzę tylko tam. I rzeczywiście zwróciłam uwagę na to, jak bardzo staram się chodzić tylko po tych miejscach, które rzeczywiście są bardzo dobrze po prostu ९९ oświetlone, przejrzyste.

(Osoba respondencka 1)

Poczucie bezpieczeństwa w mieście

Na poczucie bezpieczeństwa wśród osób badanych bardzo wpływa sama estetyka miejsc, w których przebywają. W praktyce oznacza to, że czyste przestrzenie, o neutralnych zapachach są równoznaczne z wyeliminowaniem dużej części poczucia zagrożenia. Jednak do estetyki miejsc osoby respondenckie zaliczają również brak mowy nienawiści w przestrzeni publicznej. Dyskryminujące hasła pojawiające się w postaci napisów, plakatów oraz komunikatów dźwiękowych bardzo negatywnie oddziałują na dobrostan osób uczestniczących w wywiadzie. Ponadto hasła nie muszą dotyczyć bezpośrednio ich samych, aby wywoływały dyskomfort. W trakcie badania wymieniano, że treści, które są trudne to przede wszystkim treści dotyczące tematów okołopolitycznych np. migrantów, aborcji, konfliktów zbrojnych, a także kampanii politycznych. Te ostatnie są problematyczne również z tego powodu, że w krótkim okresie czasu rośnie liczba banerów, które są dodatkowymi bodźcami w przestrzeniach, które już i tak są nimi przesycane. Dodatkowo przydatność kampanii wyborczych jest krótkotrwała, a jej ślad pozostaje widoczny w przestrzeniach publicznych dużo dłużej niż powinien, co prowadzi do zaśmiecenia przestrzeni miejskiej.

***Albo jak widzę na przykład jakieś 99
antyimigranckie plakaty albo coś takiego i to też
często wisi, to też od razu mi się robi przykro
99 i resztę dnia o tym myślę.***

(Respondentka 2)

Jedna z respondentek przytoczyła, że problem mowy nienawiści nie znika, kiedy wchodzi do przestrzeni domowej. Mieszkając w centralnych częściach miasta hasła widzi, lub nawet słyszy się z przestrzeni domowej, która traci funkcję miejsca zapewniającego bezpieczeństwo. Dodatkowo zwrócono uwagę, że zgłaszanie tego typu incydentów nie pomaga, ponieważ służby ignorują zgłoszenia.

Innym czynnikiem, który znacząco wpływa na poczucie bezpieczeństwa osób badanych, są niepożądane interakcje w przestrzeni miejskiej. Po zmroku dotyczą one głównie osób pod wpływem alkoholu. Problem pojawia się również w dzień, choć wtedy dotyczy on odrobinę innych interakcji. W tym kontekście przywoływano przykłady osób pracujących w otwartych przestrzeniach miejskich np. przy promocji banków, zbierając pieniądze na cele charytatywne. Choć osoby respondenckie wskazują, że takie interakcje są na ogół neutralne, to i tak są czynnikiem, który wywołuje w nich duży niepokój. Jako strategię radzenia sobie z takimi interakcjami przywoływano najczęściej aktywne ignorowanie, przyspieszenie kroku oraz odwracanie wzroku.

*Myślę, że w miarę możliwości omijam. 99
Jak widzimy, że po jednej stronie jest przecież
osoba, która zaczyna zaczepiać połowę ludzi
przychodzących w tamtą stronę chodnika,
to nawet jeżeli to sprawi, że nadrobię drogi,
to jednak wolę przejść na drugą stronę i w ten
99 sposób omijać.*

(Osoba respondencka 1)

Taka forma ucieczki oraz ignorowania rzeczywistości wokół jest strategią, którą osoby badane wykorzystują często również w innych sytuacjach, np. kiedy chcą odciąć się od bodźców pochodzących z nieprzyjemnych przestrzeni, w których akurat muszą przebywać. Jeden z uczestników badania zwrócił uwagę, że taka forma radzenia sobie z nieprzyjazną przestrzenią wynika z konieczności - nie jest to stan, który mu odpowiada.

*Po prostu trzeba patrzeć do przodu i iść szybkim 99
krokiem i nie zwracać uwagi na to, co jest wokół
nas. Dobrą metodą będzie może włączenie
muzyki, podcastu, żeby skupić swoją uwagę na
99 czymś innym niż to miejsce*

(Respondent 7)

Na pewno ograniczenie tych bodźców, jak 99 wcześniej wspominaliśmy, czyli założenie słuchawek, spojrzenie, spojrzenie, spojrzenie w podłogę, nie oglądanie tego wszystkiego, tych wszystkich często bardzo, bardzo rozległych, bardzo zmieniających się szybko widoków. Po prostu skupienie się na celu i na jak najszybciej ograniczeniu tego zagrożenia, odcięciu tych wrażeń. (...) I tak wydaje mi się, że ważne jest to, abyśmy nie musieli uciekać, abyśmy nie musieli odwracać swojej uwagi, bo to miasto powinno 99 być dla nas, a nie my dla miasta. (Respondent 4)

Wsparcie dobrostanu psychicznego społeczności LGBTQ+ oraz osób neuroróżnorodnych

Osoby uczestniczące w badaniu w odpowiedzi na pytania o to, w jaki sposób sprawić, żeby miasto stało się dla nich bardziej przyjaznym środowiskiem życia często odwoływały się do kwestii, którą najogólniej można ująć w ramach pomocy psychologicznej. Podczas wywiadu osoby respondenckie wyraziły potrzebę stworzenia łatwodostępnych punktów wsparcia psychologicznego/ interwencji kryzysowej. Osoby uczestniczące w warszawskim badaniu bardzo pozytywnie odniosły się do stoiska interwencji kryzysowej, które znajdowało się przy kampusie Uniwersytetu Warszawskiego, a które w ostatnim czasie zniknęło. Jedna z respondentek skorzystała z usług tej inicjatywy i przyznaje, że usunięcie punktu było dla niej rozczarowaniem, ponieważ chciała skorzystać z niego po raz kolejny.

Jeśli chodzi o osoby neuroróżnorodne to zasugerowały one, że należy stworzyć darmowe zajęcia z integracji sensorycznej dla dorosłych, ponieważ dotychczas spotykały się wyłącznie z ofertą dla dzieci. Ponadto podczas badania wybrzmiał głos mówiący o tzw. "cichych przystankach". Miałyby to być miejsca w przestrzeni miejskiej, w których osoby neurotypowe mogłyby znaleźć spokój i ciszę, która pomaga im w regeneracji po kontakcie z dużą ilością intensywnych bodźców.

Jednak tych przestrzeni trzeba w jakiś sposób ●● tam bronić jednak, bo potrzebujemy mieć jakieś takie bezpieczne przestrzenie poza domem też, gdzie się czujemy w jakiś sposób jednak można powiedzieć zrelaksowani ●● umysłowo, bezpieczni.

(Respondent 7)

Z punktu widzenia queerowych osób respondenckich, ważne są oznakowania przestrzeni przyjaznych społeczności LGBTQ+. Umieszczenie takich oznaczeń w przestrzeni miejskiej zwiększa wśród tej grupy poczucie bezpieczeństwa, a w efekcie chętniej korzystają z takich miejsc.

Podczas badania bardzo silnie wybrzmiała potrzeba tworzenia tzw. trzecich miejsc. Są to przestrzenie, które są alternatywą dla budowania relacji poza domem i pracą, odgrywają istotną rolę w procesach nawiązywania więzi, budowania relacji ze społecznością. Osoby uczestniczące w badaniu bardzo cenią takie miejsca,

niestety zauważają, że bardzo trudno jest do nich dotrzeć. Wskazują że miejsca te są bardzo słabo promowane, a w dodatku, że jest ich coraz mniej. Jako przykłady takich miejsc przywoływano np. świetlice, przestrzenie społeczne, w których można spędzić czas z innymi osobami. Podczas badania wybrzmiało, że do tworzenia takich miejsc można wykorzystać już istniejące przestrzenie np. domy kultury, biblioteki oraz innego rodzaju instytucje publiczne, a w Warszawie wskazano konkretnie na Pałac Kultury i Nauki, jako miejsce z potencjałem na inkluzywne, włączające działania. Według osób respondenckich dobrą praktyką byłoby utworzenie w takich miejscach przestrzeni na kształt pokoi socjalnych, gdzie w bezpiecznej przestrzeni można spędzić czas oraz nawiązywać relacje z innymi osobami. Osoby uczestniczące wskazywały konieczność, aby miejsca te były darmowe, tak aby każda osoba mogła z nich korzystać.

Z takich fajnych miejsc, które w Warszawie się 99 wydają przyjazne, to ja kiedyś napotkałam przestrzeń dla ludzi tam 14-21 lat, stworzona darmowa. Można wejść, tam był stół do piłkarzyków, taka pseudo kuchenka, że można sobie zrobić kawunię. Jakby było więcej tego typu przestrzeni ogólnie i może niekoniecznie limitowanej wiekowo w tym zakresie, chociaż rozumiem, że to stricte pod młodzież, to takie coś też myślę zawsze trochę sprawia, że jest 99 przestrzeń, gdzie można się udać. (Respondentka 2)

Znaczący w sumie podobną rolę mogą spełniać 99 miejsc aktywności lokalnej itd. Natomiast szczerze mówiąc one są tak słabo rozreklamowane. W mojej dzielnicy jest takie i dowiedziałam się dlatego, że szukałam miejsca na przeprowadzenie projektu. Ale poza tym to jakby w życiu bym tego nie znalazła. No ale generalnie rzeczywiście jest bardzo duży problem z tym, że jeżeli są takie przestrzenie darmowe, w których można spędzić czas na mieście, to albo ich nie ma, albo jest ich bardzo mało lub bardzo mało kto o nich wie albo są ograniczone jakoś, nie wiem, wiekowo, czy do określonej społeczności.

99 I to jest duży problem. *(Osoba respondencka 1)*

Zieleń miejska i wypoczynek

Podczas badania, na każdym jego etapie, pojawiała się wiele głosów o zieleni miejskiej. Osoby respondenckie doceniały parki i skwery, które umożliwiają im odpoczynek od napływających bodźców, a także schronienie w upalne dni. Podczas wywiadów silnie dominowała narracja o potrzebie zwiększania terenów zielonych w miastach. Wymieniano wiele korzyści, które z tego płyną. Przede wszystkim odwoływano się do obniżania temperatury. Zauważono również, że pasy zieleni pomiędzy chodnikami a trasami samochodowymi blokują głośne dźwięki aut oraz woń spalin.

Posadzenie wokół drzew, które nie tylko starają się delikatnie zagłuszyć przejeżdżające auta, ale i dają nam troszeczkę zieleni, które sprawią, że ta podróż przy tej drodze nie będzie aż tak źle odczuwana. Oczywiście też wysadzone pewnymi krzakami pomiędzy drzewami, żeby było bardziej zielono i przyjaźnie.

(Respondentka 8)



Projekt przestrzeni wykonany przez osobę uczestniczącą w badaniu.

Zieleń miejską utożsamiano przede wszystkim z wypoczynkiem, a zwiększenie jej terenów ze sprawianiem, że miasto staje się przyjemniejsze do życia. Podczas projektowania przyjaznej przestrzeni miejskiej, wszystkie prace wykonane przez osoby respondenckie uwzględniały zieleń. Wokół niej głównie proponowano miejsca wypoczynkowe i rekreacyjne np. ławki, leżaki, stoły do gry w ping ponga i inne. Pojawiały się także wzmianki o łakach kwietnych, dostępie do wody pitnej dla ludzi oraz zwierząt, które miałyby dodatkowo wzbogadzić takie przestrzenie. Przestrzenie takie miałyby być włączające całą lokalną społeczność - bez względu na wiek czy sprawność ruchową.

I ja stworzyłem projekt rewitalizacji przestrzeni 99 przed dworcem Gdańsk Główny. Nazwałem go, tak miałem taką autorską wizję, żeby nazywać go Parkiem Centralnym. Jest to taka przestrzeń na początku stworzona z takiej alejki drzew. Dalej stworzyłem sztuczny kanał. przez które przebiegają piękne mostki, przez które przebiega ścieżka. Jest to takie świetne miejsce rekreacji dzieci, młodzieży i również dorosłych i starców, które zastąpi tą okropną, obrzydliwą drogę, która przebiega przez środek. Zamiast tego droga została przeprowadzona tunelami, dzięki 99 czemu nie widać.

(Respondent 5)

Stwierdziłam, że tam jest za mało, znaczy tam 99 jest zieleń, ale stwierdziłam, że jest tam taki plac do fontanny i on nie ma zieleni, więc żeby wokół tej fontanny zrobić drzewka, żeby tam się nie nasłoneczniało. Uważam, że po prostu, żeby też trochę ustrukturyzować tą przestrzeń, to powinna tam być taka bardziej strefa typu relaksu, żeby były jakieś takie właśnie leżaczki i 99 kocyki do wzięcia.

(Respondentka 2)

Tak, no i jeszcze, co jest ważne, więcej ławek, 99 hamaków, ławek, ławek i stołów do ping-ponga, szachów i jeszcze więcej ławek i drzew. No i jeszcze jedna taka rzecz, którą w ogóle chciałabym, żeby była wszędzie w mieście, czyli jakieś poidło, źródło 99 wody pitnej.

(Osoba respondencka 1)



Projekt przestrzeni wykonany przez osobę uczestniczącą w badaniu.

Osoby uczestniczące w badaniu kładły duży nacisk na przebudowę centralnych części miast - wykorzystanie potencjału przestrzennego w celu stworzenia terenów zielonych, które służyłyby lokalnej społeczności jako miejsca wypoczynku i rekreacji.

Dotychczasowe tego typu działania miejskie krytykowano - z jednej strony drzewa są w mieście, z drugiej strony poza parkami jest ich zbyt mało, żeby ochładzały temperaturę czy wygłuszały głośne dźwięki. Podobnie stało się w przypadku ławek pojawiających się w przestrzeni - jest ich zbyt mało oraz są ustawione w miejscach, które uniemożliwiają korzystanie z nich w celu wypoczynku np. tuż przy ruchliwych trasach, nasłonecznionych, betonowych placach.

Zaczynając od początku, brak miejsca do ☹☹ odpoczynku. Już mówiliśmy zawsze wcześniej o tych czterech drzewach. które niby mają dalej schronienie przed słońcem, a jednocześnie widzimy ich praktyczność, która jest prawie ☹☹ zerowa.

(Respondent 4)

Mobilność w mieście

W kontekście pieszego przemieszczania się po mieście wskazano na szereg niedogodności, wśród których znalazły się min. nierówne nawierzchnie, brak podjazdów na schodach oraz przejścia podziemne. Podczas omawiania tych trudności osoby badane często przyjmują szerszą perspektywę, która wykracza poza ich własne

doświadczanie przestrzeni miejskiej. Wskazują, że wymienione wyzwania są uciążliwe również dla osób z niepełnosprawnościami, osób starszych czy matek z dziećmi.

No i tam też w ogóle są schody, ciężko tam zejść z wózkiem dziecięcym. Ja wiele razy widziałam kobiety, które miały problem podnieść wózek (...). No to jest ciężkie, bo tam nie ma na przykład windy na peron takiej jakiejś dostosowanej za bardzo, albo takiej, żeby była w widocznym, łatwym miejscu dostępnym.

(Respondentka 2)

Chciałbym zauważyć, może to już tak nie wybrzmiało podczas naszego spaceru, ale ogólnie jak się eksploruje w Gdańsku, jest strasznie dużo przejść podziemnych, które mogą być po prostu niebezpieczne dla osób niepełnosprawnych i osób na wózku i powinno się raczej minimalizować ilość przejść, bo to nie tylko chodzi o zagrożenia związane z bezpieczeństwem, ale też po prostu trzeba uwzględnić potrzeby osób, które osób starszych, osób niepełnosprawnych, które mają utrudnione przejścia przez takie przejścia.

(Respondent 7)

Przy pieszym poruszaniu się po mieście, a zwłaszcza w jego centralnych częściach pojawia się problem z oznakowaniem przestrzeni. Osoby badane wskazują, że jest to obszar, który pozostaje zaniedbany - oznaczenia bywają nieczytelne, trudno je odnaleźć w zalewie reklam. Propozycją osób respondenckich jest stworzenie tabliczek i znaków, które swoimi kolorami ułatwiłyby odnajdywanie konkretnych przestrzeni. Wskazano również na potencjał utworzenia "infopointów", które wspierałyby osoby, które nie znają miasta, ponieważ część chaosu komunikacyjnego w centralnych częściach w miastach wynika z zagubienia i nieznajomości przestrzeni, jak twierdzą osoby uczestniczące w badaniu.

Żeby był drogowskaz, żeby wszędzie były 99 te drogowskazy, takie bardzo widoczne i najlepiej kolorowe jakieś trochę, żeby tak się odznaczały, ale nie takie za bardzo jaskrawe, bo to też przytłacza, ale żeby było ten... I żeby był właśnie jakiś infopoint, gdzie można podejść, zapytać, gdzie co jest, żeby można było się też jakoś zorientować w świecie i wziąć sobie jakąś broszurkę or something, bo czasem mam wrażenie, że niektórzy tu się kręcą po centrum i nie wiedzą, co się dzieje 99 wokół nich.

(Osoba respondencka 1)

Jednak podczas wywiadu, zwłaszcza w Gdańsku, zwrócono uwagę na problem aut w przestrzeni miejskiej, które również generują część problemów dla osób poruszających się pieszo.

Podczas projektowania przestrzeni artykułowano dużą potrzebę przebudowy ruchu drogowego na taki, który będzie bardziej przyjazny na pieszych oraz rowerzystów. W tym celu zasugerowano zmniejszenie maksymalnej prędkości dla pojazdów, co argumentowano potrzebą ciszy oraz bezpieczeństwa fizycznego. W projektowaniu przyjaznej przestrzeni uwzględniono również progi zwalniające przed przejściami dla pieszych, runda turbinowe, które również znacząco wpłynęłyby na bezpieczeństwo pieszych. Te wszystkie komponenty miałyby wpływać na ograniczenie ruchu miejskiego. Osoby respondenckie sugerują, że miasta powinny skupić się na maksymalnym promowaniu komunikacji miejskiej i ograniczaniu liczby samochodów. Dodatkowo osoby respondenckie opowiadają się za tym, że miejski ruch drogowy powinien skupiać się na pieszych i ich potrzebach, nie na kierowcach aut. Z tego również względu krytykowano ruch na dużych skrzyżowaniach - zdarza się, że piesi zmuszeni są do kilkukrotnego korzystania z sygnalizacji świetlnej na jednym skrzyżowaniu, co wg osób badanych jest uciążliwe i ograniczające.

- Dobra, to tak pojawiły się właśnie pojęcia takie **”** jak rondo turbinowe albo ulice Woonerf i jakbyście mogli właśnie rozwinąć co to są, co to znaczą te pojęcia, dlaczego takie rozwiązania są lepsze, żebyśmy jeszcze to mieli omówione, bo to bardzo ciekawe w ogóle.

- Rondo turbinowe to jest po prostu takie rondo, gdzie mamy dedykowane pasy do dedykowanego kierunku i tych pasów później się po prostu nie da zmienić, dlatego, bo to jest fizycznie zablokowane, co zmniejsza po prostu ilość wypadków. A ulice Woonerf to jest po prostu taki typ jakby ulicy, na której zrównane są prawa pieszych, w sensie piesi mają pierwszeństwo nad samochodami i są jakby na jednej płaszczyźnie, że nie ma podzielenia na chodniki i na ulicę, tylko jest po prostu droga, na której piesi mają pierwszeństwo, a samochody muszą się **”** dostosować.

(Badaczka, respondent 6)

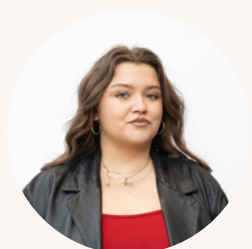
- Miasta są dla ludzi, a nie dla samochodów, **”** więc ich obecność jest tam szkodliwa.

- Też to, co ja zauważyłem, że ruch drogi był bardzo szeroki i raczej nie stałoby nic na przeszkodzie, gdyby na przykład zwęzić troszeczkę pas, żeby zyskać jakieś miejsce, gdzie poszerzyć chodnik, może posadzić **”** nowe drzewa.

(Osoby respondenckie 8 i 6)

Komentarz Ekspercki

Podsumowanie badania



Natalia Kalisz

Socjolożka, badaczka społeczna
Przewodnicząca zespołu badawczego

Przestrzeń miejska jest dostosowana do dominującej większości, czego świadomością wykazały się osoby uczestniczące w badaniu. Osoby z niepełnosprawnościami, matki z małymi dziećmi oraz osoby starsze pozostają wykluczone w przestrzeni miejskiej ze względu na jej brak dostępności. Są to przykłady grup, które niejednokrotnie wymieniono w toku badania. Jednak podwyższony próg wejścia do pełnego użytkowania przestrzeni miejskiej dotyczy również osób LGBTQ+ oraz osób neuroróżnorodnych, choć może wydawać się, że w bardziej subtelny sposób.

Społeczność queerowa oraz osoby neuroatypowe ze względu na przynależność do grup dyskryminowanych muszą zwracać szczególną uwagę na przestrzenie, w których się poruszają. Osoby LGBTQ+ uwzględniają swoją aktywność w przestrzeni miejskiej na podstawie swojej nieheteronormatywności - dobierają trasy spacerów w taki sposób, aby uniknąć homofobicznych ataków.

Osoby neuroróżnorodne swoje bezpieczeństwo zabezpieczają poprzez unikanie bodźców oraz miejsc, które są dla nich trudne. Jest to wykluczenie, które jest trudne do zidentyfikowania i nazwania, ponieważ planowanie swojej aktywności w przestrzeni miejskiej pozostaje nieuświadomione, nawet wśród wcześniej wymienionych grup. Nie jest to również dyskryminacja sformułowana wprost, nie jest ona dostrzegalna na pierwszy rzut oka. Nie ma wątpliwości jednak, że jest to forma wykluczenia - osoby queerowe oraz osoby neuroróżnorodne nie są w stanie w pełni korzystać z przestrzeni miejskich. Należy w tym miejscu zauważyć, że jednocześnie osoby uczestniczące w badaniu to osoby, które wyrażają potrzebę aktywności w przestrzeni miejskiej, korzystania z możliwości, które miasto stwarza. Są to również osoby otwarte na budowanie społeczności, którym zależy na nawiązywaniu trwałych więzi.

Podczas badania osoby respondenckie wykazały się dużą wrażliwością społeczną. Z łatwością indentyfikowały wyzwania przestrzeni miejskich dla innych grup zagrożonych wykluczeniem. Może to wynikać z faktu przynależności do mniejszości dyskryminowanych. Propozycje rozwiązań, które artykułowali były otwarte na potrzeby innych, zwłaszcza osób z ograniczoną mobilnością. Często działało się to na poziomie świadomym - propozycje podjazdów dla wózków, wyrównanie nawierzchni itp. Natomiast większość propozycji, która wychodziła ze strony osób badanych dotyczyła rozwiązań, które są korzystne dla całych społeczności miejskich, nie tylko osób queerowych czy

neuroróżnorodnych. Potrzeba zieleni w miastach, miejsc do odpoczynku, zwiększenie troski o dobrostan psychiczny mieszkańców miast - to kilka rozwiązań, które wybrzmiały w procesie badawczym jako potrzeby społeczności LGBTQ+ oraz osób neuroatypowych, ale są na tyle uniwersalne, że są w stanie znacząco podnieść komfort życia osobom niemieszczącym się w kategoriach tych dwóch grup.

Po analizie wyników badania można wyartykułować następujący wniosek - **osoby neuroróżnorodne oraz społeczność LGBTQ+ stanowią papierek lakmusowy całej społeczności miejskiej.** Ze względu na swoją otwartość, wrażliwość społeczną, szeroką perspektywę, a także dogłębną analizę są w stanie zidentyfikować nieprawidłowości w przestrzeniach miejskich. Po pierwsze - doświadczenie wykluczenia sprawia, że empatyzowanie z innymi grupami i sojusznictwo w ich sprawie stają się intuicyjne. Po drugie bodźce oraz przestrzenie, które są problematyczne dla osób queerowych oraz neuroatypowych są również - w mniejszym lub większym stopniu - niekorzystne dla całej społeczności. Wrażliwość obu grup pozwala im na wczesne wychwycenie takich czynników, a ze względu na swoją sytuację społeczną są bardziej uważni na przestrzeń, w której przebywają. Zatem rozwiązania zaproponowane w badaniu, takie jak zwiększanie terenów zielonych, zwiększenie bezpieczeństwa w ruchu drogowym, czy tworzenie tzw. miejsc trzecich wpływają korzystnie na ogół społeczności.

Refleksje osoby uczestniczącej w badaniu

Jako osoba neuroróżnorodna i queerowa zarazem z barierami w mieście spotykam się na co dzień. Wyjście z domu, nawet w przypadku krótkiego spaceru, wymaga ode mnie poświęcenia znacznej energii, nieporównywalnie większej od moich rówieśników. Neuroróżnorodność sprawia, że mój umysł gorzej filtruje docierające do mnie informacje z otoczenia. Każdy jeden bodziec zwraca moją uwagę – stare tramwaje, zapachy knajp, kolorowe billboardy, nienawistne graffiti. Łatwo się rozkojarzam, gubię drogę. Gdy muszę zmienić swoją stałą trasę, np. z powodu remontu, moje poczucie bezpieczeństwa mocno na tym cierpi. Nieprzyjemne odczucia zamieniają się w psychiczny ból.

Moje doświadczenie nie jest powszechne. Często spotykam się z niezrozumieniem, kiedy mówię o swoich wyzwaniach. Dlatego postanowiłam wziąć udział w badaniu, gdy tylko o nim usłyszałam. Spacer eksploracyjny dał mi przestrzeń na przeanalizowanie swoich odczuć i podzielenie się nimi, bez poczucia bycia ocenianą. Poznałam punkt widzenia osób podobnych do mnie. Mimo, że zwracaliśmy uwagę na różne elementy otoczenia, to często dochodziliśmy do tych samych wniosków. Zobaczyłam więc, że nie jestem sama w tym, jak oddziałuje na mnie miasto. Okazało się, że osób przestrzegających rzeczywistość w podobny sposób jest więcej.

Warsztaty, które odbyły się po spacerze, były idealnym dopełnieniem tego doświadczenia. Od obserwacji przeszliśmy do dyskusji nad potencjalnymi rozwiązaniami. Wymienialiśmy się pomysłami i mieliśmy szansę zaprojektować przestrzeń, która odpowiadałaby naszym potrzebom. Każdy miał możliwość się wypowiedzieć, dokładając swoją cegiełkę do lepszego zrozumienia perspektywy osób neuroróżnorodnych, a także osób queerowych. Uczestnictwo w badaniu dało mi nadzieję, że zmiana na lepsze jest w zasięgu ręki.

” **MAMY
PRAWO CHCIEĆ
MIEĆ BLISKĄ
POMOC
PSYCHOLOGICZNĄ**

Respondentka 2, Badanie fokusowe

Komentarz Ekspercki



Julia Świtała

Psycholożka

Członkini zespołu badawczego

W rozważaniach o strategiach skutecznej zmiany społecznej należy brać pod uwagę przede wszystkim narrację osób bezpośrednio doświadczających trudności. Największą wiarygodność w procesie zwiększania świadomości społecznej zyskuje się, gdy głosy pochodzą bezpośrednio od grupy narażonej na wykluczenie. W tym celu przeprowadziłam spacer badawczy, którego zadaniem było zidentyfikowanie czynników zakłócających harmonijne funkcjonowanie osób neuroróżnorodnych oraz ze społeczności LGBTQ+ w przestrzeni publicznej. W przedsięwzięciu wzięły osoby należące do jednej lub dwóch społeczności jednocześnie, aby wnioski i rozwiązania były jak najlepiej dopasowane do obydwu grup. Przebieg spaceru skonstruowany był w taki sposób, aby wspólnie doświadczyć najbardziej różnorodnych bodźców i otrzymać jak największą ilość informacji zwrotnych. Badanie oparte na doświadczaniu przeciążających bodźców jest niewątpliwie wyzwaniem, jednakże grupa skrupulatnie identyfikowała napotymane trudności, a następnie osoby poddawały je wspólnej dyskusji.

Te kluczowe informacje stworzyły podstawę opracowania mapy wskazówek i rozwiązań, która znajdzie praktyczne zastosowanie w organizacjach, instytucjach oraz miejscach pracy.

Raport pokazuje, jak ważne jest dążenie ku wspólnotowej architekturze, która będzie funkcjonalna dla każdej osoby korzystającej z przestrzeni. Proste rozwiązania, takie jak sprawnie działające oświetlenie czy czysta ławka, mogą przynieść kolosalną różnicę dla dobrostanu psychicznego. Obiecującą inicjatywą jest udzielenie grantów na miejsca ciszy w warszawskich szkołach, zapowiedziana przez Prezydenta m. st. w 2025 roku. Ta i podobne jej inicjatywy, mające na celu polepszenie jakości funkcjonowania wszystkim osobom w społeczeństwie, jest przykładem realizacji założeń DEI (ang. Różnorodność, Równość i Włączanie). Jest to szereg strategii i idei, które mają na celu aktywizację wszystkich grup społecznych, bez względu na płeć, temperament, kolor skóry czy doświadczane trudności. W praktyce, przestrzeganie standardów Światowej Organizacji Zdrowia sprzyja tworzeniu społeczności bardziej zintegrowanej i rozumiejącej wzajemne potrzeby.

Działania włączające można stosować na wielu płaszczyznach codziennego funkcjonowania, zaczynając od inkluzywnej mowy. Używanie terminu “neuroróżnorodność” wskazuje na naszą otwartość, zrozumienie i akceptację różnic międzyludzkich.

To pojęcie kładzie nacisk na wzajemny szacunek wyjaśniając, że różnice w rozwoju struktur psychicznych i funkcjonowaniu mózgu są naturalnym zjawiskiem.

Posługując się takim językiem nie koncentrujemy się na inności i unikamy stygmatyzacji. Eliminacja barier to inwestycja w dobrostan nie tylko jednostek, ale również ogółu. Usuwając przeszkody wykluczające część osób nie tylko pokazujemy wsparcie, ale otwieramy drzwi do rozwoju potencjału innowacyjnego i kreatywności. Jedne z najbardziej kompleksowych raportów dotyczących różnorodności w miejscu pracy⁹ pokazuje konkretne wyniki i nie pozostawia złudzeń - im bardziej zróżnicowana kadra pracownicza, tym lepsze wyniki firmy. Tę prawidłowość kształtują następujące czynniki:

- kreatywność i pomysły będą się manifestować w rozmaity sposób wśród ludzi z odmiennymi doświadczeniami;
- ludzie z różnych środowisk cechuje różnorodność poznawcza, a więc każdy wnosi unikalny sposób myślenia;
- pracowniczki i pracownicy, którzy w poprzednich doświadczeniach nie czuli się doceniani i doznawali wykluczenia, w akceptującym miejscu pracy wykazują znaczny wzrost zaangażowania;
- komfort pracy zatrzymuje pracowniczki i pracowników, przez co ich rotacja znacznie maleje.

Poszerzanie perspektyw wzmacnia społeczność i czyni ją kreatywną oraz odporną na wyzwania, co jest kluczowe

dla jej sprawnego funkcjonowania. Co za tym idzie, tworzenie bezpiecznych przestrzeni miejskich w połączeniu z inkluzywnymi instytucjami wprowadza liczne korzyści. Bez wątpienia wpływa na wewnętrzną równowagę psychiczną, poczucie bezpieczeństwa i ułatwia aktywny rozwój, **zatem należy dołożyć wszelkich starań, aby te założenia stały się codziennością.**

„ NO GDZIEŚ
TRZEBA MIEĆ
JAKIŚ SWÓJ
SAFE SPACE
GENERALNIE

Respondent 3, Badanie fokusowe

Analiza prawna

Jak skutecznie zmieniać przestrzeń miejską?



Jan Pieniążek

Koordynator projektu
Ekspert ds. Prawnych

Prawo jest nieodłącznym elementem wprowadzania zmian w otaczającej nas rzeczywistości. Choć nie od niego zaczyna się kształtowanie świadomości społecznej, opinii publicznej czy przemian kulturowych, to pozostaje kluczowe w procesie utrwalania i systemowego wdrażania tych zmian. Jeśli zależy nam na trwałej poprawie przestrzeni miejskiej oraz sytuacji osób LGBTQ+ i osób neuroróżnorodnych, niezbędne jest wprowadzenie odpowiednich rozwiązań prawnych – zarówno ustawowych, jak i tych tworzonych na poziomie samorządowym. To właśnie na działaniach jednostek samorządu terytorialnego koncentrujemy się w niniejszym raporcie.

Samorządy dysponują realnymi narzędziami do kształtowania miejskiej przestrzeni oraz wprowadzania zmian wspierających osoby LGBTQ+ i osoby neuroróżnorodne. Dotychczas lokalne władze skupiały się głównie na tzw. działaniach miękkich: programach równościowych, organizacji wydarzeń kulturalnych, warsztatach edukacyjnych czy wsparciu finansowym

dla inicjatyw społecznych. W dalszej części raportu przywołam konkretne przykłady takich działań i aktywności celem pokazania, że jakieś działania już dzieją się na naszych oczach.

Wciąż jednak brakuje zdecydowanych, twardych działań prawnych i polityk publicznych, które przełożyłyby się na realną i zauważalną zmianę w przestrzeni miejskiej.

Zmianę, dzięki której miasta staną się bardziej dostępne, komfortowe i bezpieczne dla osób LGBTQ+ oraz osób neuroróżnorodnych.

Dlatego, aby uzupełnić raport w sposób kompleksowy, poniżej przedstawiam opis tego, jakie kompetencje posiadają samorządy, jakie decyzje mogą podejmować oraz jakie zmiany są w stanie samodzielnie wprowadzać w przestrzeni miejskiej. Następnie omówię przykłady działań, które lokalne władze podejmowały dotychczas.

Skoro wiemy już, czego potrzebują osoby LGBTQ+ oraz osoby neuroróżnorodne, równie istotne jest, abyśmy rozumieli, w jaki sposób można te potrzeby przełożyć na konkretne zmiany – i czego w związku z tym możemy, a wręcz powinniśmy, oczekiwać od samorządów lokalnych.

1.1. Jak działają Samorządy Lokalne?

Przepisy prawa regulujące działalność samorządów lokalnych – gmin, powiatów oraz województw (dalej: JST, czyli jednostki samorządu terytorialnego) – są częścią prawa administracyjnego i mają charakter rozproszony. Oznacza to, że kompetencje samorządów określają liczne, odrębne ustawy oraz rozporządzenia, z których każda reguluje jedynie wycinek ich uprawnień.

Przykładowo, prawo budowlane dotyczy ściśle kwestii związanych z budownictwem, w tym pozwoleń na budowę i decyzji administracyjnych w tym zakresie. Prawo oświatowe reguluje natomiast wyłącznie funkcjonowanie systemu edukacji. Z kolei przepisy dotyczące planowania przestrzennego odnoszą się do zagospodarowania przestrzeni miejskiej i tworzenia planów zagospodarowania przestrzennego. Jeśli chcielibyśmy omówić wszystkie ustawy i rozporządzenia, które w jakiś sposób wpływają na to, co robią JST - prawdopodobnie zajęłoby nam to nie godziny, a dobrych kilka dni.

Są jednak pewne podstawy, które warto znać, a na podstawie których JST działają pierwszorzędnie. Przede wszystkim jest to Konstytucja Rzeczypospolitej Polskiej z dnia 2 kwietnia 1997 r. (Dz. U. Nr 78, poz. 483 z późn. zm.).

W art. 16 wskazuje ona, że w Polsce istnieje samorząd lokalny, który co do szczegółów uregulowany jest

w ustawie. Jest to o tyle istotne, że najważniejszy dokument w naszym państwie wskazuje, że władza w Polsce powinna być zdecentralizowana - jest to uzasadnione tym, że samorządy (składające się z ludzi zamieszkujących na danym terenie) lepiej znają swoje potrzeby, niż władza w Warszawie (jak było za czasów PRL w Polsce). Dodatkowo art. 87 wskazuje, że akty prawa miejscowego (czyli dokumenty - akty prawa - wydawane przez JST) są obowiązującym w Polsce prawem, oczywiście tylko na terenie, w ramach którego zostały wydane. Oznacza to, że uchwała Rady Miasta Poznania będzie obowiązywać na terenie Poznania, ale nie na terenie Leszna czy Warszawy.

Najlepiej można to zobrazować na przykładzie czasowej prohibicji alkoholu, wprowadzanej w kolejnych miastach w Polsce. Decyzję o tym podejmują albo rady osiedli albo rada miasta - tak np. zakaz sprzedaży alkoholu w sklepach od 22 do 6 rano, który został wprowadzony w Centrum Poznania, nie będzie obowiązywać na terenie znajdujących się po drugiej stronie Warty Rataj. Spowodowane jest to tym, że decyzję podjęła rada osiedla, a nie rada miasta. Są jednak takie miasta, które podjęły decyzję całościową - tam prohibicja obejmuje całe miasto.

Idąc dalej, każda jednostka samorządu terytorialnego ma swoją dedykowaną ustawę, która określa szczegółowe aspekty jej funkcjonowania, a także podstawowe kompetencje (które oczywiście mogą być uszczegóławiane innymi ustawami). Wobec tego możemy wymienić:

1. Ustawa z dnia 8 marca 1990 r. o samorządzie gminnym (t.j. Dz. U. z 2024 r. poz. 1465 z późn. zm.).
2. Ustawa z dnia 5 czerwca 1998 r. o samorządzie powiatowym (t.j. Dz. U. z 2024 r. poz. 107 z późn. zm.).
3. Ustawa z dnia 5 czerwca 1998 r. o samorządzie województwa. (t.j. Dz. U. z 2025 r. poz. 581).

Przeczytamy w nich np. o tym, że gmina odpowiada za edukację publiczną, kulturę, porządek publiczny - i kilkanaście innych działań, które określone są w art. 7 ustawy. To samo znajdziemy w art. 4 ustawy o powiatach i art. 14 ustawy o województwach. Poza tym ustawy te określają strukturę samorządów, tryb podejmowania uchwał (aktów prawa miejscowego, które to są naszym obiektem zainteresowania).

Warto wskazać, że samorząd powinien być rządzony przez ludzi mieszkających na danym terenie i bezpośrednio dla nich. W związku z tym większość dużych zmian w mieście wymaga przeprowadzenia konsultacji społecznych. Rekomenduje się też, żeby nawet w mniejszych sprawach takie konsultacje przeprowadzać i pytać mieszkańców gmin, powiatów oraz województw jakie są ich potrzeby, a co chcieliby zmienić oraz na czym się skupić w pierwszej kolejności.

Przechodząc jednak do właściwej kwestii - JST wprowadzają zmiany na drodze bardzo poważnie brzmiącego terminu - uchwały organów stanowiących (np. rady gminy lub powiatu). Tłumacząc to najprościej jak to tylko możliwe, jest to bardzo mała ustawa lub rozporządzenie, które reguluje jakiś skrawek rzeczywistości samorządu i obowiązuje tylko na terenie tego samorządu. Uchwały te (akty prawa miejscowego) ogłasza się w wojewódzkim dzienniku urzędowym i mogą one wejść w życie (zacząć obowiązywać) dopiero po 14 dniach od dnia ogłoszenia, chyba że w uchwale określono jakiś inny termin, np. miesięczny, półroczny - wtedy uchwała zaczyna być wiążąca dla mieszkańców od terminu w niej określonego.

Warto jednak zastanowić się nad tym, co konkretnie mogą samorządy lokalne - gminy, powiaty oraz województwa w kontekście osób LGBTQ+ oraz osób neuroróżnorodnych.

1.2. Jakie decyzje podejmują i co mogą w kontekście osób LGBTQ+ oraz osób neuroróżnorodnych?

JST zazwyczaj kojarzone są z działaniami bardzo prozaicznymi i prostymi - naprawa dróg, wywóz śmieci, utrzymywanie szkół podstawowych i ponadpodstawowych albo dbanie o dobre oświetlenie chodników. W rzeczywistości, mają w swoich rękach ogrom narzędzi, które pozwalają realnie wpływać na życie mieszkanki i mieszkańców. Co najważniejsze - mogą kształtować przestrzeń miejską oraz lokalne polityki (w tym znaczeniu kierunki i plany działań) w taki sposób, aby były one bardziej przyjazne, dostępne i bezpieczne dla osób LGBTQ+ oraz osób neuroróżnorodnych.

Żeby to działało, a także aby samorządy lokalne podejmowały działania na rzecz obu grup - muszą mieć one świadomość i wolę na temat konieczności podejmowania tych działań. Jednocześnie, w polskiej rzeczywistości, muszą mieć również odwagę, żeby ze swoich kompetencji w tych celach korzystać. Możemy więc wyróżnić samorządy, które podejmują szeroko zakrojone działania (jak np. Poznań), jak i te, którym daleko do działań na rzecz osób LGBTQ+ lub osób neuroróżnorodnych.

To na poziomie samorządu decyduje się o tym, jak będzie wyglądać otaczająca nas przestrzeń miejska oraz czy będzie ona bardziej przyjazna ludziom. To samorządy

podejmują decyzje o tym, jak projektowane są ulice, parki, place, skwery, a także to, czy będą one uwzględniały potrzeby osób użytkujących te miejsca. To samorządy mają realny wpływ na to, czy w miejskiej przestrzeni pojawią się miejsca do odpoczynku sensorycznego, strefy ciszy, odpowiednie oświetlenie, ograniczenie hałasu (przez odpowiednie zorganizowanie siatki miejskiej lub faktyczne urządzenia i elementy architektoniczne wspomagające walkę z hałasem), czytelne oznaczenia czy strefy o zmniejszonej ilości bodźców.

Wymaga to oczywiście podjęcia działań w ramach całej maszyny polityczno-urzędniczej. Musi paść inicjatywa, która ma poparcie odpowiedniej większości (np. radnych w mieście), muszą być na to zorganizowane środki finansowe, przeprowadzone konsultacje społeczne, następnie musi zostać napisana odpowiednia uchwała, sporządzony cały plan finansowy i uzasadnienie do projektu. Następnie uchwała jest omawiana na komisjach i obradach, dopracowywany jest jej ostateczny projekt. Po uchwaleniu takiego projektu następuje okres tzw. *vacatio legis* - czyli okresu od momentu ogłoszenia uchwały w dzienniku wojewódzkim do dnia, w którym uchwała wchodzi w życie - tj. rozpoczyna obowiązywać.

Wprowadzenie konkretnych rozwiązań jest istotne zarówno dla osób LGBTQ+ oraz osób neuroróżnorodnych, jak i dla wszystkich innych osób (tut. heteronormatywnych i neurotypowych), które w zatłoczonym i głośnym mieście szukają choćby chwilowego wytchnienia lub spojrzą z entuzjazmem na projektowanie przestrzeni miejskiej tak, aby była ona bezpieczniejsza dla ludzi, co spowoduje brak obaw przed poruszaniem się po określonych dzielnicach lub rezygnowania z obecności w przestrzeni publicznej po zmroku.

Oczywiście, przestrzeń miejska to nie wszystko, a JST mogą podejmować szerokie działania edukacyjne - prowadzą szkoły publiczne i mogą wpływać na polityki wychowawcze nawet wtedy, gdy nie mają wpływu na krajową podstawę programową czy nastawienie władzy centralnej. Programy antydyskryminacyjne, organizacja szkoleń dla nauczycieli i nauczycielek dotyczące pracy z młodzieżą LGBTQ+ czy osobami neuroróżnorodnymi, a także ustanawianie lokalnych standardów ochrony dzieci i młodzieży przed przemocą rówieśniczą motywowaną orientacją seksualną, tożsamością płciową czy cechami neuroróżnorodności - one mogą stanowić ogromnie istotny element i podstawę do zmian zauważalnych w otaczającej nas przestrzeni miejskiej.

Idąc dalej, istotnym aspektem jest zdrowie psychiczne i wsparcie społeczne - to samorządy mają wpływ na to, jakie programy zdrowotne realizują lokalne poradnie, mogą finansować bezpłatne konsultacje psychologiczne i psychiatryczne, tworzyć grupy wsparcia dla młodzieży oraz ich rodzin, które również potrzebują wsparcia

i wiedzy, by skutecznie wspierać bliskich (a spotkania takie można organizować w odpowiednio przyjaźnie zorganizowanej przestrzeni miejskiej!).

Ostatecznie, mamy lokalne polityki równościowe - dokumenty, które określają zasady przeciwdziałania dyskryminacji w mieście, powiecie i województwie, a zawrzeć w nich możemy de facto wszystko to, co wpisuje się w przeciwdziałanie dyskryminacji - będzie tym również odpowiednio zorganizowana przestrzeń, do której podejdziemy w sposób wieloaspektowy. Samorządy mogą określić w nich zasady funkcjonowania instytucji miejskich, przeciwdziałać mowie nienawiści, wprowadzać klauzule równościowe w zamówieniach publicznych czy powoływać pełnomocniczki i pełnomocników ds. równego traktowania, którzy czuwają nad wdrażaniem tych polityk w praktyce. Lokalne władze mogą też wspierać organizacje pozarządowe działające na rzecz osób LGBTQ+ i osób neuroróżnorodnych, zarówno finansowo, jak i poprzez udostępnianie przestrzeni na działania społeczne, co jest często kluczowe dla funkcjonowania takich inicjatyw. Nie bez znaczenia są także gesty symboliczne oraz polityka kulturalna – samorządy mogą organizować lub współorganizować wydarzenia takie jak Parady Równości, festiwale czy wystawy promujące różnorodność i równość, wspierać lokalne inicjatywy artystyczne czy społeczne związane z tymi tematami, a także dbać o obecność symboli równościowych w przestrzeni publicznej, które wzmacniają poczucie widzialności i akceptacji dla grup mniejszościowych.

Wszystkie te działania, zarówno te miękkie, jak i twarde, czyli oparte na uchwałach i lokalnych przepisach, są w zasięgu samorządów – wystarczy tylko chcieć. Politycy zajmujący się sprawami otaczającej nas przestrzeni powinni znać potrzeby mieszkańców, a przede wszystkim powinni być wrażliwi społecznie także w zakresie tych tematów, które nie dotyczą ich bezpośrednio - dbają też o szkoły, do których już nie chodzą oraz o oświetlenia dróg w miejscach, które nie są ich typową drogą na spacer. Temat, który podejmujemy jest natomiast znacznie ważniejszy, niż oświetlenie samo w sobie - czemu więc mieliby się tym nie zająć?

Z perspektywy osób LGBTQ+ oraz osób neuroróżnorodnych to właśnie poziom lokalny daje największą szansę na realną poprawę jakości życia, bo to przecież w miastach, gminach i powiatach toczy się nasza codzienność. Takie działania podejmować można i są one podejmowane coraz częściej - brakuje jednakże zdecydowanych rozwiązań w otaczającej nas przestrzeni miejskiej.

1.3. Co dotychczas zrobiły?

Samorządy lokalne podejmują coraz szersze działania, w szczególności na rzecz osób LGBTQ+ - warto przywołać kilka przykładów aby pokazać, że skupiają się one na wsparciu kompetencji miejskich oraz inicjatyw i wydarzeń kulturalno-społecznych, pomijając kwestie zdecydowanych zmian w przestrzeni miejskiej.

Warszawa w 2019 roku przyjęła tzw. Deklarację LGBT+¹⁰, która stała się pierwszym w Polsce dokumentem miejskim kompleksowo odnoszącym się do potrzeb osób LGBTQ+. Obejmuje ona: wsparcie psychologiczne i prawne, działania edukacyjne w szkołach, szkolenia dla urzędników i służb miejskich, tworzenie hostelu interwencyjnego dla osób w kryzysie, powołanie stanowiska pełnomocnika ds. równego traktowania.

W Gdańsku natomiast wprowadzono "Model na rzecz Równego Traktowania"¹¹, który obejmuje m.in. osoby LGBTQ+. Model ten zakłada: przeciwdziałanie dyskryminacji, wsparcie dla organizacji pozarządowych, edukację równościową w szkołach, wyznaczenie miejskiego punktu konsultacyjnego.

Poznań również jest miastem, które bardzo szeroko działa na rzecz osób LGBTQ+ - powołano Pełnomocniczkę ds. Równości, która koordynuje działania na rzecz różnych grup mniejszościowych, w tym osób LGBTQ+. Miasto organizuje również Poznań Pride Week oraz wspiera działania edukacyjne i społeczne.

W Krakowie przyjęto w 2022 roku „Politykę Równościową dla Miasta Krakowa”¹², która obejmuje szeroki katalog działań skierowanych do grup mniejszościowych, w tym osób LGBTQ+ oraz osób z niepełnosprawnościami i neuroróżnorodnych. W ramach tej polityki miasto realizuje szkolenia dla pracowników miejskich instytucji, przygotowuje programy edukacyjne dla szkół, a także tworzy standardy dostępności przestrzeni publicznej.

Kraków rozwija także miejskie punkty wsparcia psychologicznego, dostępne dla młodzieży LGBTQ+ i ich rodzin. W Katowicach powołano w 2021 roku Zespół ds. Równego Traktowania, który zajmuje się monitorowaniem sytuacji różnych grup narażonych na wykluczenie i opracowywaniem rekomendacji dla władz miasta. Zespół przygotowuje m.in. zalecenia dotyczące planowania przestrzeni miejskiej z uwzględnieniem potrzeb osób neuroróżnorodnych czy rozwiązań przeciwdziałających wykluczeniu komunikacyjnemu.

Łódź natomiast, poprzez realizację projektów takich jak „Łódź dla Równości”, skupia się na wsparciu społeczności LGBTQ+ poprzez współorganizację wydarzeń edukacyjnych i kulturalnych, a także poprzez finansowanie lokalnych inicjatyw społecznych. Dodatkowo miasto wprowadziło tzw. Karty Różnorodności w urzędach miejskich, które zobowiązują instytucje publiczne do przestrzegania zasad równego traktowania w miejscu pracy.

Wrocław z kolei wyróżnia się wdrożeniem Programu Równościowego, w którym uwzględniono nie tylko potrzeby osób LGBTQ+, ale także osób neuroróżnorodnych. Miasto organizuje specjalistyczne szkolenia dla nauczycieli oraz pracowników instytucji publicznych w zakresie pracy z osobami w spektrum autyzmu, ADHD czy innymi formami neuroróżnorodności. Wrocław wspiera też rozwój miejsc dedykowanych odpoczynkowi sensorycznemu oraz wprowadza w przestrzeni miejskiej udogodnienia dla osób

o szczególnej wrażliwości na bodźce – jak strefy ciszy w parkach czy dostosowane przejścia dla pieszych z czytelną sygnalizacją świetlną i dźwiękową. Jednocześnie, w 2024 rozpoczęto podejmować działania na rzecz otwarcia rynku pracy dla osób neuroróżnorodnych¹³.

Warto również wspomnieć o mniejszych miastach – choćby o Sopocie, który regularnie współpracuje z organizacjami społecznymi przy organizacji wydarzeń promujących równość i różnorodność, a także prowadzi kampanie edukacyjne skierowane do młodzieży szkolnej. Toruń natomiast rozwija programy wsparcia psychologicznego dla młodzieży oraz inicjuje lokalne konsultacje społeczne w zakresie potrzeb osób z grup mniejszościowych.

Te przykłady pokazują, że samorządy – niezależnie od wielkości – mogą podejmować różnorodne inicjatywy odpowiadające na potrzeby zarówno osób LGBTQ+, jak i osób neuroróżnorodnych. Co ważne, każda z tych interwencji – czy to powołanie pełnomocnika ds. równości, wprowadzenie polityk antydyskryminacyjnych, rozwój punktów wsparcia psychologicznego, czy dostosowanie przestrzeni miejskiej – przekłada się na realną poprawę jakości życia mieszkanek i mieszkańców. To dowód na to, że wiele można zrobić na poziomie lokalnym – pod warunkiem, że władze samorządowe chcą słuchać swoich społeczności, rozpoznają potrzeby różnych grup i są gotowe przekuwać je w konkretne działania i decyzje.

Jednocześnie podejmowane działania ukazują dwa problemy:

1. Brakuje szerszych działań na rzecz osób neuroróżnorodnych; jednocześnie brakuje również działań, które miałyby zwiększać świadomość społeczną na ich temat;
2. Brak szeroko zakrojonych działań na rzecz rozwoju przestrzeni miejskiej, jako że większość działań skupia się na edukacji i wsparciu wydarzeń, projektów kulturalno-społecznych i innych inicjatyw.

Samorządy mogą podejmować wiele działań na rzecz obu grup - wystarczy chcieć, do czego serdecznie zachęcamy jako Fundacja.

Tak, aby miasto było dla wszystkich, nie dla wybranych.

Komentarz Ekspertki

Podsumowanie



Krystyna Piątkowska

Psychoedukatorka
Head of People&Culture
Fundacji GrowSPACE

Raport oraz wypracowana na jego podstawie mapa drogowa wskazują wyraźnie, że osoby LGBTQ+ oraz osoby neuroróżnorodne w przestrzeni miejskiej nadal zmagają się z szeregiem trudności, które utrudniają im codzienne funkcjonowanie i odbierają poczucie komfortu. Główne problemy, jakie się pojawiają to brak czytelności miejskiej infrastruktury, hałas, nadmiar bodźców czy brak miejsc wyciszenia, to nie tylko drobne niedogodności. To konkretne bariery, które realnie wpływają na to, czy i jak dana osoba może uczestniczyć w życiu społecznym, edukacyjnym czy kulturalnym miasta.

Wnioski płynące z raportu pokazują jasno: przestrzeń miejska nie jest równa dla wszystkich. Dla wielu osób, zwłaszcza tych, które już mierzą się z wykluczeniem, miasto nie jest miejscem neutralnym. Staje się miejscem wysiłku, przeciążenia, konieczności dostosowywania się do standardów, które pomijają ich potrzeby. Brakuje poczucia bezpieczeństwa, zrozumienia i otwartości.

A przecież właśnie to powinno być punktem wyjścia dla dobrze zaprojektowanej przestrzeni publicznej - stworzenie jej w taki sposób, aby nie tylko pozwalała przetrwać, ale także wspierała codzienne życie, odpoczynek i rozwój.

Raport nie zatrzymuje się jedynie na diagnozie problemu, ale również przekłada konkretne potrzeby i doświadczenia osób LGBTQ+ i neuroróżnorodnych na język praktycznych rozwiązań. Zmiany nie muszą być wielkimi inwestycjami. Czasem wystarczy ławka w spokojnym miejscu, lepsze oznaczenia, przestrzeń do złapania oddechu czy widoczny znak, że konkretna instytucja lub przestrzeń jest otwarta i bezpieczna. Tego typu rozwiązania nie tylko zwiększają dostępność, ale wysyłają prosty, lecz ważny komunikat: „to miejsce jest również dla ciebie”.

Równie istotne są działania symboliczne i kulturowe, które budują atmosferę szacunku i zrozumienia. Widoczność, obecność, możliwość zabrania głosu, to wszystko wpływa na to, czy osoby queerowe i neuroróżnorodne czują się w mieście bezpiecznie i komfortowo. Gdy przestrzeń społeczna nie daje tego poczucia, trudno mówić o równości, o uczestnictwie, a nawet o obywatelstwie rozumianym jako realne współtworzenie miasta.

Zaproponowana mapa drogowa to szansa na rzeczywistą zmianę, nie tylko w architekturze, ale w podejściu do projektowania, tworzenia i zarządzania przestrzenią.

To zaproszenie do spojrzenia na miasto oczami tych, których potrzeby do tej pory nierzadko były pomijane. Dobrze zaprojektowane, uważne, inkluzywne miasto działa na korzyść wszystkich. A różnorodność nie musi być wyzwaniem. Może być siłą napędową mądrze rozwijającej się, wrażliwej i sprawiedliwej wspólnoty miejskiej.

„ JA ZAWSZE
JAK WIDZĘ GDZIEŚ
TĘCZOWĄ FLAGĘ
TO OD RAZU
WIEM, ŻE GDZIEŚ
TUTAJ MOGĘ SIĘ
CZUĆ BEZPIECZNIE

Osoba respondencka 1, Badanie fokusowe

Zakończenie



Inga Błażejczak

Osoba członkowska zespołu projektowego

Często pomijamy perspektywę mniejszości, zwłaszcza tych, których potrzeby są niewidoczne na pierwszy rzut oka. Często nie zdajemy sobie w ogóle sprawy z ich trudności. Teraz jednak możecie zapoznać się z ich punktem widzenia w sposób przystępny oraz oparty na faktach oraz rzeczowych badaniach. Publikacja, którą macie przed sobą, to narzędzie, która ma za zadanie pomóc w skutecznym działaniu na rzecz osób neuroróżnorodnych.

Przestrzeń miejska musi być odpowiednia dla wszystkich jej użytkowników. Dostępna, przyjazna, bezpieczna. Z raportu wyłania się jednak obraz zgoła odmienny od oczekiwań: miasto jest głośnie, chaotyczne, niespójne. Bywa problematyczne i uciążliwe. Nie możemy pozostawać bierni wobec takiego obrazu – szczególnie teraz, gdy mamy przed sobą gotowe rozwiązania, do wprowadzenia od zaraz.

Pamiętajmy, że zmiany, które pomogą osobom neuroróżnorodnym, pomogą też innym. Każdy z nas

może skorzystać ze stref ciszy czy dodatkowej ławki postawionej w cieniu drzewa. Naziemne alternatywy dla przejść podziemnych nie są ułatwieniem jedynie dla osób neuroróżnorodnych, mogą pomóc także np. osobom z niepełnosprawnościami czy rodzicom z wózkiem dziecięcym. Bardziej intuicyjne oznakowanie przestrzeni pozwoli każdemu trafić tam, gdzie potrzebuje, i zaoszczędzi sporo frustracji. Zasoby, które poświęcimy na dostosowania dla osób neuroróżnorodnych, to inwestycja w komfort nas wszystkich.

W wielu miastach trwają prace mające na celu poprawy jakości przestrzeni. Walczy się z betonozą, dodaje się ścieżki rowerowe, rewitalizuje zaniedbane budynki. Nasze otoczenie ciągle się zmienia, nadal jednak nie bierze się pod uwagę głosu mniejszości, mimo że w wielu przypadkach wystarczyłyby drobne poprawki.

Czas postawić kolejny krok i realnie wpłynąć na dobrostan osób neuroróżnorodnych. Zgodnie z ich głosem i ich potrzebami.

Bibliografia

1. George, R., Stokes, M. A. (2017). Gender identity and sexual orientation in autism spectrum disorder. *Autism*, 22(8), 970-982.
2. Weir, E., Allison, C., Baron-Cohen, S. (2021). The sexual health, orientation, and activity of autistic adolescents and adults. *Autism Research*, 14(10), 2004-2017.
3. Hendrickx, S. (2015). Women and girls with autism spectrum disorder: Understanding the female experience and how to help. Jessica Kingsley Publishers.
4. Klon, W., Waszyńska, K. (2020). Mindfulness w pracy profilaktycznej i terapeutycznej z dziećmi i młodzieżą. *Psychiatria*, 17(4), 204-211.
5. Barkley, R. A., Fischer, M., Smallish, L., & Fletcher, K. (2006). Young adult outcome of hyperactive children: adaptive functioning in major life activities. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 45(2), 192-202.
6. Bejerot, S., & Eriksson, J. M. (2014). Sexuality and gender role in autism spectrum disorder: A case control study. *PloS one*, 9(1).
7. Hertz, P. G., Turner, D., Barra, S., Biedermann, L., Retz-Junginger, P., Schöttle, D., & Retz, W. (2022). Sexuality in adults with ADHD: results of an online survey. *Frontiers in psychiatry*, 13, 868278.
8. Young, S., Klassen, L. J., Reitmeier, S. D., Matheson, J. D., & Gudjonsson, G. H. (2023). Let's Talk about Sex... and ADHD: Findings from an Anonymous Online Survey. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(3), 2037. <https://doi.org/10.3390/ijerph20032037>
9. McKinsey & Company, 2015; McKinsey & Company, 2018; McKinsey & Company, 2023
10. <https://warszawa19115.pl/-/prezydent-stolicy-podpisal-deklaracje-lgbt->
11. <https://www.gdansk.pl/urząd-miejski/wydział-rozwoju-społecznego/model-na-rzecz-rownego-traktowania,a,178206>
12. <https://obywatelski.krakow.pl/247185,artykul,polityka-rownosciowa.html>
13. <https://www.wroclaw.pl/przedsiębiorczy-wroclaw/-respectum-wroclaw>

GROW SPACE

