

Preferencje mieszkańców Białegostoku względem leśnych usług rekreacyjnych – potrzeba aktywności fizycznej

Białystok inhabitants' preferences concerning forest recreational services – the need for physical activity

Marcin Smoleński

Instytut Nauk Leśnych, Filia Uniwersytetu Łódzkiego w Tomaszowie Mazowieckim,
ul. Konstytucji 3 Maja 65/67, 97-200 Tomaszów Mazowiecki

Tel. +48 44 7252905, e-mail: marcin.smolenski@o2.pl

Abstract. This paper focuses on the market segmentation of recreational forest services using the concept of 'sensation seeking' for describing recreational expectations of town dwellers. The physical activity of town dwellers from the urban agglomeration of Białystok and the Knyszyn Forest (North-Eastern Poland) during outdoor recreation was analysed using this concept. The results of this research suggest that less than thirty percent of inhabitants of the Białystok agglomeration tend to be physically active during outdoor recreation. This is evidence of a low level of physical culture within the part of the society analysed in this study. Amongst all participants, only seven percent use the Knyszyn Forest for recreational purposes based on physical activity. The limited interest in active recreation in forests that we observed can be attributed to two main causes: 1) the lack of acceptance of a closed forest landscape as a recreational area; 2) the lack of recreational facilities in the Knyszyn Forest that would encourage healthy behaviour during active outdoor recreation.

Keywords: recreation, physical activity, forest-landscape, sensation seeking, town dwellers

1. Wstęp

Współczesny paradygmat zdrowego trybu życia zakłada, że brak aktywności fizycznej jest istotną przyczyną problemów zdrowotnych, a nawet umiarkowana aktywność fizyczna przyczynia się do poprawy zdrowia człowieka (US Department of Health and Human Services 1996). Stąd współczesne zainteresowanie badaniami nad czynnikami decydującymi o zachowaniach prozdrowotnych ludzi. Wśród czynników, świadczących o aktywności fizycznej w czasie wolnym, wyróżnia się trzy podstawowe kategorie, odnoszące się do (1) cech indywidualnych osoby, (2) środowiska społecznego i (3) środowiska fizycznego (McLeroy et al. 1988; Minkler 1989; Stevenson, Burke 1992; Stokols 1992). Przy czym główne znaczenie przypisuje się osobowości człowieka (McKenzie et al. 1992; Macintyre et al. 1993; Blamey et al. 1995; Bauman, Smith 1999). Natomiast czynnikom odnoszącym się do środowiska społecznego i fizycznego przypisuje się rolę modyfikującą aktywność fizyczną osoby podczas rekreacji. Generalnie, środowisko społeczne wyznacza trendy zachowań prozdrowotnych w czasie wolnym od pracy a środowisko fizyczne decyduje o dostępności i różnorodności terenów i obiektów umożliwiających aktywność fizyczną poza domem (Dishman 1988; King et al. 1995; Sallis et

al. 1998). Środowisko fizyczne przedstawia możliwości aktywności fizycznej w czasie wolnym, tym samym jego wpływ na zachowania prozdrowotne może być: (1) bierny, odnoszący się do przestrzennego rozplanowania publicznej przestrzeni rekreacyjnej obszaru, która zachęca (lub zniechęca) do doraźnej aktywności fizycznej i (2) czynny, odnoszący się do przestrzennego rozplanowania obiektów sportowo-rekreacyjnych, które bezpośrednio dostarczają okazji do konkretnej aktywności fizycznej (King et al. 1995; Sallis, Owen 1996; Sallis et al. 1998). Inaczej mówiąc, czynny wpływ na zachowania prozdrowotne równoznaczny jest z właściwym kształtowaniem tzw. „servicescape”¹ (Liljander, Strandvik 1997).

Analizowanie, w przedstawionym schemacie, determinant

¹ Środowisko usług „servicescape” jest opisywane jako posiadające atmosferę kształtującą patronat klienta. Przy czym pojęcie patronatu rozumiane jest jako sprawowanie opieki nad klientem, służące sterowaniu jego zachowaniami konsumenckimi. Stąd termin „servicescape” przedstawia ogólną atmosferę, której doświadczają odbiorcy usługi. Zasadniczo środowisko usługi jest nacechowane swoistymi emocjami. Te środowiskowe emocje wpływają na zmiany w zachodzącym procesie poznawczym i na zmiany zachowań konsumenta. W tym przypadku celem jest czynne oddziaływanie na prozdrowotne zachowania podczas rekreacji w lesie (Liljander, Strandvik 1997).

Wpłynęło: 1.03.2016 r., zrecenzowano: 23.03.2016 r., zaakceptowano: 9.05.2016 r.

zachowań prozdrowotnych jest zgodne ze społeczno-ekologiczną perspektywą zachowań ludzkich, która podkreśla interakcję między osobą a społecznym i fizycznym otoczeniem, a tym samym postuluje konieczność optymalizowania korzyści zdrowotnych w relacji „człowiek – środowisko” (Stokols 1996). Do tego postulatu odnosi się również model wielofunkcyjnego leśnictwa, który wśród funkcji społecznych wyróżnia stwarzanie społeczeństwu korzystnych warunków zdrowotnych i wypoczynkowych. Przestrzeń leśna jest przestrzenią publiczną i jej udostępnienie wywiera bierny wpływ na zachowania prozdrowotne odwiedzających las w celach rekreacyjnych. Dopiero zagospodarowanie lasów w obiekty sportowo-rekreacyjne, w formule „servicescape”, oddziałuje czynnie na poziom aktywności fizycznej odwiedzających. Kontynuując, udostępnienie rekreacyjne lasów w formie parkingów, oznakowanych tras rekreacyjnych, miejsc biwakowych wywiera jedynie wpływ bierny na zachowania odwiedzających. Natomiast czynne oddziaływanie na zachowania odwiedzających mają urządzenia i usługi zachęcające do konkretnej aktywności fizycznej (np. parki linowe czy też ścieżki zdrowia / fitness).

W artykule przedstawiono preferencje mieszkańców miasta względem potrzeby rozwijania aktywności fizycznej (tj. indywidualnych determinant aktywności fizycznej) w leśnej przestrzeni rekreacyjnej. Jako studium przypadku przyjęto aglomerację Białegostoku² i otaczające obszary leśne. Szczególnie skupiono się na dużym kompleksie Puszczy Knyszyńskiej bezpośrednio sąsiadującej z Białymstokiem, od strony północnej i wschodniej.

2. Próba badawcza

Badania ankietowe przeprowadzono wśród 395 mieszkańców aglomeracji Białegostoku, w ich czasie wolnym od pracy na terenach rekreacyjnych Białegostoku (m.in. w parkach miejskich). Przyjęta próba, pod względem zmiennych wieku i płci, reprezentowała statystycznie ogół mieszkańców Białegostoku ($p < 0,05$). Badania przeprowadzono w sezonie wiosenno-letnim w latach 2009–2010³. Ankieterami byli przeszkoleni studenci turystyki i rekreacji Wydziału Zarządzania Politechniki Białostockiej. Szerszy opis próby badawczej zawiera wcześniejsza praca autora (Smoleński 2015).

3. Instrument badawczy

W ocenie potrzeby rozwijania aktywności fizycznej podczas rekreacji poza domem wykorzystano rys osobowości „poszukiwanie doznań”. Zgodnie z tezami Zuckermana (2005), każda osoba dąży do stanu „optymalnego poziomu stymulacji”, tj. dąży do takiej aktywności, która dostarcza

optymalny poziom bodźców. Do scharakteryzowania mieszkańców aglomeracji Białegostoku przyjęto continuum potrzeby rozwijania aktywności fizycznej podczas rekreacji poza domem, zobrazowane siedmioma poziomami fizycznej aktywności rekreacyjnej (I – osoby z bardzo małą potrzebą; II – osoby z małą potrzebą; III – osoby ze średnio małą potrzebą; IV – osoby ze średnią potrzebą; V – osoby ze średnio dużą potrzebą; VI – osoby z dużą potrzebą; VII – osoby z bardzo dużą potrzebą). Do kategorii I przyporządkowano osoby unikające aktywności fizycznej podczas rekreacji poza domem. Do kategorii VII zaliczono osoby dążące do bardzo dużej aktywności fizycznej poza domem.

Do przyporządkowania respondentów do konkretnej kategorii posłużyła analiza odpowiedzi na dwa zadane w kwestionariuszu pytania: (1) Jaka jest preferowana forma rekreacji w miejscu zamieszkania? Otrzymano spektrum odpowiedzi, od biernej rekreacji w domu do rekreacji poza domem, opartej na aktywności fizycznej; (2) Jaka jest preferowana forma turystyki? Uzyskano spektrum odpowiedzi, od pobytów turystycznych, opartych na biernym wypoczynku, do pobytów turystycznych, skupionych na aktywnym uprawianiu sportu. To umożliwiło przeprowadzenie analizy w siedmiostopniowej skali „Deklarowanej potrzeby aktywności fizycznej podczas rekreacji poza domem” (DF).

Po analizie odpowiedzi na kolejne pytanie: (3) Z jaką częstotliwością realizowana jest preferowana rekreacja poza domem?, na które otrzymano spektrum deklaracji, od stałej biernej rekreacji w domu do systematycznych zajęć związanych z aktywnością fizyczną poza domem, możliwe było zweryfikowanie deklarowanej potrzeby w nowej siedmiostopniowej skali „Realizowanej potrzeby aktywności fizycznej podczas rekreacji poza domem” (RF).

W kolejnym etapie dokonano analizy wykorzystania rekreacyjnego Puszczy Knyszyńskiej przez mieszkańców aglomeracji Białegostoku. Na podstawie analizy odpowiedzi na dwa kolejne pytania, zadane w kwestionariuszu, zaszeregowano respondentów w siedmiostopniowej skali „Realizowanej potrzeby aktywności fizycznej podczas rekreacji w Puszczy Knyszyńskiej” (FL). Zadano następujące pytania: (4) Jakie tereny Puszczy Knyszyńskiej są wykorzystywane do rekreacji? Uzyskano spektrum odpowiedzi, od nieleśne tereny miejskie do niezagospodarowane tereny leśne; (5) Na czym polega aktywność rekreacyjna w Puszczy Knyszyńskiej? Otrzymano spektrum odpowiedzi, od brak wykorzystania rekreacyjnego Puszczy Knyszyńskiej do rekreacyjnego uprawiania sportu w Puszczy Knyszyńskiej.

4. Wyniki

Deklarowaną (DF) i realizowaną (RF) przez mieszkańców aglomeracji Białegostoku potrzebę aktywności fizycznej podczas rekreacji poza domem oraz realizowaną potrzebę aktywności fizycznej podczas rekreacji w Puszczy Knyszyńskiej (FL) przedstawia tabela 1.

Zastosowana regresja prostoliniowa ujawniła związki sta-

² Tereny miejskie Białegostoku i sąsiadujących miejscowości.

³ Badania przeprowadzono w ramach pracy statutowej (której autor był kierownikiem) Katedry Turystyki i Rekreacji Politechniki Białostockiej nr S/WZ/4/09.

Tabela 1. Deklarowana (DF) i realizowana (RF) przez mieszkańców aglomeracji Białegostoku potrzeba odmiany aktywności fizycznej służącej rekreacji poza domem oraz realizowana potrzeba odmiany aktywności fizycznej służącej rekreacji w Puszczy Knyszyńskiej (FL)

Table 1. The declared (DF) and the realized (RF) need for physical activity variety during outdoors recreation, and the realized (FL) need for physical activity variety during recreation in the Knyszyn Forest by inhabitants of the Białystok agglomeration

Charakterystyka potrzeb Need characterization	Udział ogółu respondentów N=395 Per cent of all respondents N=395 [%]	Udział respondentów odwiedzających rejon Puszczy Knyszyńskiej N=275 Per cent of visitors of the Knyszyn Forest N=275 [%]
Bardzo mała potrzeba zmiany w odniesieniu do wysiłku fizycznego		
Very low need for physical activity variety		
DF I	11,90	10,55
RF I	11,90	10,55
FL I	31,90	2,18
Mała potrzeba zmiany w odniesieniu do wysiłku fizycznego		
Low need for physical activity variety		
DF II	13,16	13,09
RF II	13,67	13,09
FL II	21,52	30,91
Średnio mała potrzeba zmiany w odniesieniu do wysiłku fizycznego		
Below the average need for physical activity variety		
DF III	15,70	12,36
RF III	26,84	22,91
FL III	5,57	8,00
Średnia potrzeba zmiany w odniesieniu do wysiłku fizycznego		
The average need for physical activity variety		
DF IV	26,33	27,27
RF IV	18,48	20,36
FL IV	14,18	20,36
Średnio duża potrzeba zmiany w odniesieniu do wysiłku fizycznego		
Above the average need for physical activity variety		
DF V	9,37	10,18
RF V	5,82	6,55
FL V	10,38	14,91
Duża potrzeba zmiany w odniesieniu do wysiłku fizycznego		
High need for physical activity variety		
DF VI	7,85	8,36
RF VI	8,10	9,09
FL VI	8,86	12,73
Bardzo duża potrzeba zmiany w odniesieniu do wysiłku fizycznego		
Very high need for physical activity variety		
DF VII	15,70	18,18
RF VII	15,19	17,45
FL VII	7,59	10,91

Charakterystyka potrzeb Need characterization	Udział ogółu respondentów N=395 Per cent of all respondents N=395 [%]	Udział respondentów odwiedzających rejon Puszczy Knyszyńskiej N=275 Per cent of visitors of the Knyszyn Forest N=275 [%]
Potrzeba słabych doznań		
Need for low sensations		
DF I + DF II	25,05	23,64
RF I + RF II	25,57	23,64
FL I + FL II	53,42	33,09
Potrzeba średnich doznań		
Need for average sensations		
DF III + DF IV + DF V	51,40	49,82
RF III + RF IV + RF V	51,14	49,82
FL III + FL IV + FL V	30,13	43,27
Potrzeba silnych doznań		
Need for high sensations		
DF VI + DF VII	23,55	26,54
RF VI + RF VII	23,29	26,54
FL VI + FL VII	16,45	23,64

Źródło: opracowanie własne

Source: own elaboration

tystycznie istotne przy poziomie ufności $p < 0,01$, między:

- Deklarowaną (DF) i realizowaną (RF) potrzebą aktywności fizycznej podczas rekreacji poza domem (współczynnik korelacji 0,9806).
- Deklarowaną potrzebą aktywności fizycznej podczas rekreacji poza domem (DF) i realizowaną potrzebą aktywności fizycznej podczas rekreacji w Puszczy Knyszyńskiej (FL) (współczynnik korelacji 0,1453).
- Realizowaną potrzebą aktywności fizycznej podczas rekreacji poza domem (RF) i realizowaną potrzebą aktywności fizycznej podczas rekreacji w Puszczy Knyszyńskiej (FL) (współczynnik korelacji 0,1446).

Ponadto, przy analizie zmiennych wieku, płci, statusu rodzinnego, statusu materialnego, wykształcenia, zatrudnienia i deklarowanego stosunku do przyrody, regresja prostoliniowa ujawniła następujące stosunkowo słabe, ale statystycznie istotne zależności:

- Deklarowana przez mieszkańców aglomeracji Białegostoku potrzeba aktywności fizycznej podczas rekreacji poza domem (DF):
 - zmniejszała się wraz z wiekiem respondenta (współczynnik korelacji 0,2545 przy $p < 0,01$),
 - wzrastała wraz z dobrobytem materialnym respondenta (współczynnik korelacji 0,1075 przy $p < 0,05$),
- Realizowana przez mieszkańców aglomeracji Białegostoku potrzeba aktywności fizycznej podczas rekreacji poza domem (RF):
 - zmniejszała się wraz z wiekiem respondenta (współczynnik korelacji 0,2340 przy $p < 0,01$),
 - wzrastała wraz z dobrobytem materialnym respondenta

(współczynnik korelacji 0,1215 przy $p < 0,05$),

- Realizowana potrzeba aktywności fizycznej podczas rekreacji w Puszczy Knyszyńskiej (FL):
 - wzrastała wraz z wykształceniem respondenta (współczynnik korelacji 0,1650 przy $p < 0,01$),
 - wzrastała wraz ze wzrostem zakresu odpowiedzialności w pracy zawodowej (współczynnik korelacji 0,1127 przy $p < 0,05$).

Wykorzystanie krajobrazu leśnego Puszczy Knyszyńskiej do rekreacji opartej na aktywności fizycznej przedstawia tabela 2.

5. Dyskusja wyników

Zmienna deklarowanej potrzeby aktywności fizycznej (DF) przedstawia wśród respondentów rozkład zbliżony do normalnego: około 25% reprezentuje poszukiwaczy słabych doznań, około 51% reprezentuje poszukiwaczy przeciętnych doznań i około 24% reprezentuje poszukiwaczy silnych doznań związanych z aktywnością fizyczną podczas rekreacji poza domem (tab. 1). Bardzo zbliżony rozkład przedstawia zmienna realizowanej potrzeby aktywności fizycznej (RF) – współczynnik korelacji między zmiennymi DF i RF wynosi 0,9806. To sugeruje spełnienie potrzeb mieszkańców aglomeracji białostockiej w zakresie udostępnienia terenów i obiektów rekreacyjnych Białegostoku i okolic.

Zakładając, że już przeciętna, podczas rekreacji, aktywność fizyczna Białostoczan oddziałuje na ich poprawę

Tabela 2. Atrakcyjność rekreacyjna krajobrazu leśnego Puszczy Knyszyńskiej w ocenie mieszkańców aglomeracji Białegostoku w zależności od realizowanej potrzeby aktywności fizycznej (FL)

Table 2. Recreational attractiveness of forest landscape of the Knyszyn Forest, depending on realized need for physical activity variety (FL), evaluated by inhabitants of the Białystok agglomeration

Kryteria atrakcyjności krajobrazu Recreational preference of landscape	Udział ogółu respondentów Per cent of all respondents N=395 [%]		
	Potrzeba doznań w odniesieniu do aktywności fizycznej: Need of sensations for physical activity:		
	silnych high	średnich average	słabych low
Brak zainteresowania rekreacyjnego krajobrazem leśnym Puszczy Knyszyńskiej Lack of recreational interest in the Knyszyn Forest landscape	0,00	0,00	30,38
Tereny rekreacyjne Puszczy Knyszyńskiej Recreational sites of the Knyszyn Forest	16,46	30,14	23,02
Otwarte tereny rekreacyjne z panoramą leśną Recreational sites in the open landscape with forest view	9,11	21,27	16,96
Las Forest landscapes	7,35	8,87	6,06
Las z zagospodarowaniem rekreacyjnym Recreational sites in the forest landscape	3,30	2,79	1,50
Las z krajobrazem naturalnym bez zagospodarowania rekreacyjnego Natural forest without recreational facilities	1,27	0,76	0,50

Źródło: opracowanie własne

Source: own elaboration

zdrowia⁴, to udział osób, wśród mieszkańców aglomeracji białostockiej, które realizują podczas rekreacji zachowania prozdrowotne wynosi niecałe 48% (udział osób z kategorii RF IV – RF VII). Przyjmując jednak bardziej realny pogląd, że zachowania prozdrowotne ujawniają się w dążeniu do aktywności fizycznej podczas rekreacji poza domem, to udział osób z kategorii RF V – RF VII wynosi jedynie 29%. Jest to zdecydowanie mniej w porównaniu z wynikami australijskimi (Armstrong et al. 2000; Giles-Corti, Donovan 2002; Rosenberg et al. 2010), według których udział osób z zachowaniami prozdrowotnymi w czasie rekreacji poza domem wynosi do 60% populacji. To sugeruje niski poziom kultury fizycznej wśród mieszkańców aglomeracji białostockiej i wskazuje na konieczność promocji prozdrowotnej aktywności rekreacyjnej wśród mieszkańców, głównie poprzez udostępnienie atrakcyjnych i łatwo dostępnych terenów i obiektów rekreacyjnych służących rozwojowi aktywności fizycznej. Ten postulat skierowany jest również do admini-

stracji Lasów Państwowych, bo zgodnie z tezami King i in. (1995), Sallis i Owen (1996) oraz Sallis i in. (1998) obecny poziom udostępnienia rekreacyjnego lasów sprowadza się do biernego wpływu na zachowania prozdrowotne ludności, co nie sprzyja upowszechnianiu aktywności fizycznej podczas rekreacji w lasach. Powyższy postulat uwiarygodniają wyniki regresji prostoliniowej, wskazujące, że deklarowana (DK) i realizowana (RK) przez mieszkańców aglomeracji Białegostoku potrzeba wysiłku fizycznego podczas rekreacji poza domem maleje wraz z wiekiem i jednocześnie wzrasta wraz z dobrobytem materialnym. Wiek i status materialny są uznanymi w literaturze determinantami spędzania czasu wolnego (Giles-Corti, Donovan 2002). Promocja zachowań prozdrowotnych powinna być skierowana do osób w średnim i starszym wieku, zatem rekreacyjne zagospodarowanie lasów służące aktywności fizycznej należy dostosować do preferencji tych klas wiekowych. Ponadto wyraźnie odczuwalny deficyt obiektów rekreacyjno-sportowych w publicznej przestrzeni rekreacyjnej, dostępnych bez opłat (również w krajobrazie leśnym), zdecydowanie dyskryminuje osoby o niższym statusie materialnym.

Zdecydowanie odmienny rozkład od normalnego przedstawia zmienna realizowanej potrzeby aktywności fizycznej

⁴ Kategoria RF IV (średnia) obejmuje osoby: (1) preferujące na równi rekreację w domu, jak i poza domem, (2) preferujące na równi wypoczynek bierny, jak i wypoczynek aktywny, (3) nieuczestniczące w organizowanych zajęciach sportowo-rekreacyjnych.

podczas rekreacji w Puszczy Knyszyńskiej (KL): około 53% reprezentuje poszukiwaczy słabych doznań, około 30% to poszukiwacze przeciętnych doznań i około 17% – poszukiwacze silnych doznań związanych z aktywnością fizyczną poza domem (tab. 1).

Wyraźne różnice, ujawnione w rozkładzie zmiennych RF i FL, sugerują, że podczas wyjazdów rekreacyjnych do Puszczy Knyszyńskiej mieszkańcy Białegostoku w niewielkim stopniu powielają swoje zachowania rekreacyjne z obszaru aglomeracji białostockiej – współczynnik korelacji 0,1446 przy poziomie ufności $p < 0,01$ (Smoleński 2015).

Realizowana potrzeba aktywności fizycznej podczas rekreacji w Puszczy Knyszyńskiej (FL) wzrasta wraz z wykształceniem i wraz z odczuwalnym stresem w pracy zawodowej (Smoleński 2015). Przy czym, w tym przypadku, wykształcenie sprzyja poszukiwaniu doznań zarówno w odniesieniu do aktywności fizycznej, jak i do odmienności krajobrazu leśnego. Natomiast stres, towarzyszący odpowiedzialności związanej z wykonywaną pracą zawodową, sprzyja wyborowi krajobrazu leśnego do realizacji aktywności fizycznej, ze względu na potrzebę ograniczenia bodźców środowiska społecznego.

Wyniki przedstawione w tabeli 2 wskazują, że nieprzekształcone krajobrazy leśne przyczyniają się w znacznym stopniu do rekreacji realizującej silną potrzebę aktywności fizycznej (ponad 40% korzystających z tej przestrzeni w celach rekreacyjnych). Przy czym należy podkreślić, że udział wśród mieszkańców aglomeracji białostockiej, korzystających z leśnej przestrzeni Puszczy Knyszyńskiej i realizujących silną potrzebę aktywności fizycznej, jest znikomy i wynosi niewiele ponad 3% (tj. około 10 tys. osób⁵). W tym, nieprzekształcone krajobrazy leśne, pozbawione jakiegokolwiek zagospodarowania rekreacyjnego, są wykorzystywane przez niewiele ponad 1% mieszkańców aglomeracji białostockiej, realizujących silną potrzebę aktywności fizycznej (tj. około 4 tys. osób). Powyższe dane obrazują rzeczywisty rynek białostocki (charakteryzujący się silną potrzebą aktywności rekreacyjnej poza domem) na usługi rekreacyjne zlokalizowane w naturalnych krajobrazach leśnych. Są to potencjalni odbiorcy oferty długodystansowych szlaków turystycznych zlokalizowanych w krajobrazach leśnych. Potwierdza to obserwacje terenowe autora, wskazujące na niewielkie (wręcz incydentalne) wykorzystanie szlaków turystycznych, przebiegających przez lasy Puszczy Knyszyńskiej, które nie sąsiadują z terenami zurbanizowanymi^{6, 7}. Natomiast osoby, z ograniczoną potrzebą wysiłku

fizycznego podczas rekreacji w lasach, wykorzystują (do spacerów lub do biernego wypoczynku) krajobrazy leśne graniczące z terenami zurbanizowanymi lub sąsiedztwo parkingów leśnych. Stanowią nieznacznie liczniejszy segment w porównaniu z wcześniej omawianym, albowiem reprezentują niewiele ponad 4% ogółu mieszkańców aglomeracji białostockiej (tj. około 13 tys. odwiedzających lasy Puszczy Knyszyńskiej).

Krajobraz leśny Puszczy Knyszyńskiej przekształcony dla celów rekreacyjnych, z udostępnionymi krajobrazami otwartymi (w formule tzw. parków leśnych), jest wykorzystywany przez zdecydowanie liczniejszą grupę odbiorców (ponad 22% mieszkańców aglomeracji białostockiej) w porównaniu z naturalnymi krajobrazami leśnymi (niecałe 8% mieszkańców aglomeracji białostockiej). Tereny rekreacyjne „parków leśnych” odwiedzane są głównie przez osoby ze średnią (około 40% odwiedzających) i małą (około 27% odwiedzających) potrzebą aktywności fizycznej. Rysują się diametralnie różne trendy preferencji rekreacyjnych: (1) naturalne krajobrazy leśne odwiedzane są w znacznym stopniu w celu realizacji silnej potrzeby aktywności fizycznej; (2) krajobrazy leśne przekształcone do celów rekreacyjnych odwiedzane są głównie z myślą o ograniczonym wysiłku fizycznym. Jest to zrozumiałe z dwóch powodów:

1. Wśród mieszkańców aglomeracji białostockiej osoby z deklarowaną silną potrzebą aktywności fizycznej podczas rekreacji poza domem stanowią jedynie około 24% (tab. 1). Większość mieszkańców preferuje formy rekreacji z mniej lub bardziej ograniczonym wysiłkiem fizycznym.

2. Naturalne krajobrazy leśne stanowią kategorię, tzw. krajobrazów zamkniętych, które nie sprzyjają rekreacji z ograniczonym wysiłkiem fizycznym. Wypoczynek bierny kojarzony jest z krajobrazami scenicznymi i tak, otwarte tereny rekreacyjne regionu Puszczy Knyszyńskiej są wykorzystywane przez ponad 47% mieszkańców aglomeracji białostockiej, z czego zdecydowaną większość stanowią osoby preferujące wypoczynek z ograniczoną aktywnością fizyczną (ponad 80% odwiedzających te tereny), w tym stricte wypoczynek bierny (prawie 36% odwiedzających te tereny) (tab. 2).

Rekreacyjne wykorzystanie terenów leśnych jest silnie ograniczone ze względu na ich charakter krajobrazów zamkniętych, nieakceptowanych do wypoczynku przez zdecydowaną większość mieszkańców miast (Smoleński 2015). Niemniej właściwe udostępnienie rekreacyjnej przestrzeni leśnej w formule „servicescape” (tereny leśne bezpośrednio sąsiadujące z aglomeracją białostocką, z udostępnionymi naturalnymi lub sztucznymi oknami krajobrazowymi i otwartymi przestrzeniami, uzbrojonymi w urządzenia służące aktywności fizycznej, np. w formule ścieżek zdrowia/fitness), może uaktywnić potencjalny rynek na rekreacyjne usługi leśne⁸.

⁵ Przy założeniu, że aglomeracja Białegostoku (Białystok i sąsiadujące miasta) liczy około 310 tys. mieszkańców (GUS 2011).

⁶ Dla zobrazowania dysproporcji: około 10 tys. potencjalnych odbiorców z dominującej w regionie aglomeracji białostockiej ma do dyspozycji około 1 tys. km szlaków turystycznych zlokalizowanych na około 105 tys. ha kompleksu leśnego.

⁷ Ponadto autorzy Horne i Ovaskainen, w ramach badań nad systemem rekreacyjnym lasów Helsinek, wskazują że odwiedzający mają swoje silne preferencje co do konkretnych, odwiedzanych miejsc i mało interesują się innymi obszarami rekreacyjnymi, potencjalnie dla nich dostępnymi (za Horne et al. 2005).

⁸ Wśród mieszkańców aglomeracji białostockiej osoby z deklarowaną ponadprzeciętną potrzebą aktywności fizycznej podczas rekreacji poza domem (DF V – DF VII) stanowią około 33%.

6. Podsumowanie

Aktywne oddziaływanie na prozdrowotne zachowania odwiedzających mają obiekty (urządzenia i usługi) zachęcające do konkretnej rekreacyjnej aktywności fizycznej. Aktywne oddziaływanie polega na rozwijaniu tzw. *serviceescape*, tj. ogólnej atmosfery miejsca, która zachęca do prozdrowotnych zachowań, związanych z aktywnością fizyczną podczas rekreacji w lesie. W tym przypadku pojęcie skuteczności oddziaływania „*serviceescape*” odnosi się do wpływu na zmiany rekreacyjnych zachowań (nawyków) osób odwiedzających tereny leśne. Inaczej mówiąc, odnosi się do aktywnego wpływu na wykształcenie prozdrowotnych zachowań. Przykładami dobrych praktyk rozwijanych na świecie, łączących zdrowy bioklimat leśny (Krzymowska-Kostrowicka 1999) z obiektami aktywności fizycznej, mogą być: 1) ścieżki zdrowia (biegowa, sprawnościowa, ćwiczebna testowa i obciążeniowa), współcześnie określane również mianem ścieżek *fitness*; 2) place zabaw z zestawem urządzeń sprawnościowych dla dzieci, m.in. z domkami na drzewach; 3) siłownie plenerowe; 4) parki linowe i tyrolki.

Pasywny wkład administracji LP, tj. obecne udostępnienie lasów Puszczy Knyszyńskiej do celów rekreacyjnych, w rozwijanie prozdrowotnych zachowań, osiągnął cel dla około 7% mieszkańców aglomeracji białostockiej. Dalsze rozwijanie w przestrzeni leśnej urządzeń sportowo-rekreacyjnych, które bezpośrednio dostarczają okazji do aktywności fizycznej może trafić w potrzeby około 24% mieszkańców aglomeracji białostockiej, którzy deklarują silną potrzebę aktywności fizycznej podczas rekreacji poza domem (na obecnym, jak wcześniej wykazano, niskim poziomie świadomości kultury fizycznej). Jest to tym bardziej prawdopodobne, bo silna potrzeba odmiany krajobrazowej do celów rekreacji poza domem deklarowana jest przez prawie 30% mieszkańców aglomeracji białostockiej⁹ (Smoleński 2015). Przedstawioną powyżej różnicę w skuteczności rozwijania zachowań prozdrowotnych mieszkańców miast pomiędzy oddziaływaniem pasywnym i aktywnym przestrzeni rekreacyjnej wykazano już wcześniej w literaturze przedmiotu (King et al. 1995; Sallis, Owen 1996; Sallis et al. 1998).

Niemniej zaprezentowane wyniki, wskazujące na niską aktywność fizyczną badanej populacji, sugerują potrzebę rozwinięcia badań na temat modyfikującej roli czynników środowiska społecznego i fizycznego w kierunku aktywnego oddziaływania na prozdrowotne zachowania podczas rekreacji w krajobrazach leśnych.

Konflikt interesów

Autor deklaruje brak potencjalnych konfliktów.

⁹ Te 30% mieszkańców aglomeracji białostockiej wyznacza potencjalny rynek na leśne usługi rekreacyjne.

Podziękowania i źródła finansowania

Badania przeprowadzono w ramach pracy statutowej Katedry Turystyki i Rekreacji Politechniki Białostockiej nr S/WZ/4/09.

Literatura

- Armstrong T., Bauman A., Davies J. 2000. Physical activity patterns of Australian adults. Results of the 1999 national physical activity survey. Canberra: Australian Institute of Health and Welfare. ISBN 1 74024 066 9.
- Bauman A., Smith B. 1999. Geographical influences upon physical activity participation: Evidence of a 'coastal effect'. *Australian and New Zealand Journal of Public Health* 23(3): 322–324. DOI 10.1111/j.1467-842X.1999.tb01265.x.
- Blamey A., Mutrie N., Aitchison T. 1995. Health promotion by encouraged use of stairs. *British Medical Journal* 311: 289–290. DOI 10.1136/bmj.311.7000.289.
- Dishman R.K. 1988. Exercise adherence research: Future directions. *American Journal of Health Promotion* 3(1): 52–56. DOI 10.4278/0890-1171-3.1.52.
- Giles-Corti B., Donovan R.J. 2002. The relative influence of individual, social and physical environment determinants of physical activity. *Social Science & Medicine* 54: 1793–1812. DOI 10.1016/S0277-9536(01)00150-2.
- Horne P., Boxall P.C., Adamowicz W.L. 2005. Multiple-use management of forest recreation sites: a spatially explicit choice experiment. *Forest Ecology and Management* 207: 189–199. DOI 10.1016/j.foreco.2004.10.026.
- King A.C., Jeffery R.W., Fridinger F., Dusenbury L., Provence S., Hedlund S.A., Spangler K. 1995. Environmental and policy approaches to cardiovascular disease prevention through physical activity: Issues and opportunities. *Health Education Quarterly* 22(4): 499–511. DOI 10.1177/109019819502200407.
- Krzymowska-Kostrowicka A. 1999. *Geoekologia turystyki i wypoczynku*. PWN, Warszawa. ISBN 83-01-12373-7.
- Liljander V., Strandvik T. 1997. Emotions in service satisfaction. *International Journal of Service Industry Management* 8(2): 148–69. DOI 10.1108/09564239710166272.
- Macintyre S., Maciver S., Sooman A. 1993. Area, class and health: Should we be focusing on places or people? *Journal of Social Policy* 22(2): 213–234. DOI 10.1017/S0047279400019310.
- McKenzie T.L., Sallis J.F., Nader P.R., Broyles S.L., Nelson J.A. 1992. Anglo- and Mexican-American preschoolers at home and at recess: Activity patterns and environmental influences. *Developmental and Behavioral Pediatrics* 13(3): 173–180. DOI 10.1097/00004703-199206000-00004.
- McLeroy K.R., Bibeau D., Steckler A., Glanz K. 1988. An ecological perspective on health promotion programs. *Health Education Quarterly* 15(4): 351–377. DOI 10.1177/109019818801500401.
- Minkler M. 1989. Health education, health promotion and the open society: An historical perspective. *Health Education Quarterly* 16: 17–30. DOI 10.1177/109019818901600105.
- Rosenberg M., Mills C., McCormack G., Martin K., Grove B., Pratt S., Braham R. 2010. Physical Activity Levels of Western Australian Adults 2009: Findings from the Physical Activity Taskforce Adult Physical Activity Survey. Health Promotion Evaluation Unit, The University of Western Australia, Perth. ISBN 978-1-921648-16-8.

- Sallis J.F., Bauman A., Pratt M. 1998. Environmental and policy interventions to promote physical activity. *Preventive Medicine* 15(4): 379–397. DOI 10.1016/s0749-3797(98)00076-2.
- Sallis J.F., Owen N. 1996. Ecological models, in: Health behavior and health education: Theory, research, and practice (4th ed.) (eds. K. Glanz, F.M. Lewis, B.K. Rimer), Jossey-Bass, San Francisco, 403–424. ISBN 978-0-7879-9614-7.
- Smoleński M. 2015. Preferencje mieszkańców Białegostoku względem leśnych usług rekreacyjnych – potrzeba odmienności krajobrazowej. *Leśne Prace Badawcze* 76(4): 341–349. DOI 10.1515/frp-2015-0033.
- Stevenson H.M., Burke M. 1992. Bureaucratic logic in new social movement clothing: The limits of health promotion research. *Canadian Journal of Public Health Supplement* 1: 47–53. DOI 10.1093/heapro/6.4.281.
- Stokols D. 1992. Establishing and maintaining healthy environments. *American Psychologist* 47(1): 6–22. DOI 10.1037/0003-066x.47.1.6.
- Stokols D. 1996. Translating social ecological theory into guidelines for community health promotion. *American Journal of Health Promotion* 10(4): 282–298. DOI 10.4278/0890-1171-10.4.282.
- US Department of Health, Human Services. 1996. Physical activity and health. A report of the Surgeon General. US Department of Health and Human Services, Centres for Disease Control and Prevention, National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, Atlanta, Georgia, <http://www.cdc.gov/nccdphp/sgr/pdf/execsumm.pdf> [2.01.2016].
- Zuckerman M. 2005. *Psychobiology of Personality*. Cambridge University Press, Cambridge. DOI 10.1017/cbo9780511813733.