

碳中和背景下风景园林多元建设途径探索——以城市风景林对青少年情绪健康影响为例

吴林家¹ 毛美琴² 陈其兵^{3*}

(1.四川旅游学院艺术学院 成都 610100; 2.浙大宁波理工学院设计学院 宁波 315100 3.四川农业大学风景园林学院 成都 611130)

摘要:【目的】基于碳中和背景下风景园林多元发展途径,以公共健康视角出发,探讨城市风景林两种不同行为模式对青少年的神经情绪指标影响与差异,为城市绿地建设中的行为诱导与健康基础提供参考。

【方法】实验共招募了 80 名青少年志愿者,在男女数量平衡前提下分为静坐观赏组与步行观赏组,随机分配到银杏景观林下的自然路径进行 15 分钟的指定活动,使用生理与心理指标进行监测分析,生理指标采用血压、心率与脑电图(EEG),心理指标使用 POMS 问卷。采用配对 t 检验与单因素方差分析两实验组的生理参数,采用配对 Wilcoxon 符号秩和检验分析两行为组心理指标的差异。【结果】季节性落叶林下静坐观赏组舒张压极显著下降,脉搏显著下降,步行组能够获得更高的“参与”,“兴奋”“放松”,静坐有利于“兴趣”情绪产生。在绝对 α 与绝对 β 波中,静坐组与步行组的顶叶 P8 通道表现出显著差异性,在 RAB 指标中 AF3, F7, P7, FC5, FC6, F3, T7 通道显示了显著差异性。静坐与行走观赏组均能有效改善消极心理状态,行走观赏组的“活力”情绪显著增加,在减少消极情绪方面显著优于坐姿观赏组。【结论】研究进一步获得了关于绿色环境中不同行为如何促进青少年情绪健康的深刻信息,为提高城市风景林的精神文化服务提供策略与参考,在实现碳中和目标的同时,强调了风景园林对青少年身心健康的共同促进作用。

关键词: 碳中和, 多元建设途径, 情绪健康, 城市风景林