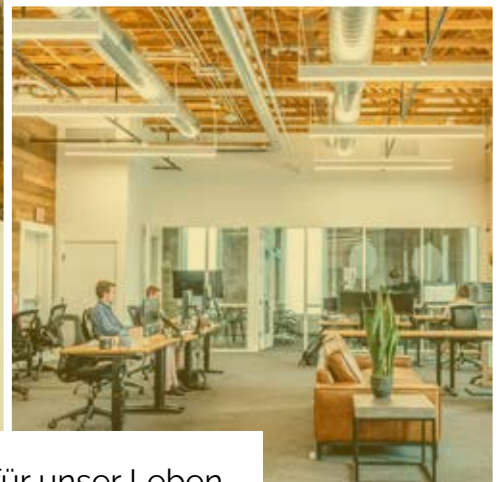




INFORMATIONSBROSCHÜRE

Herausgegeben von IWAP, Institut für Wohn- und Architekturpsychologie

ARCHITEKTUR- & WOHNPSYCHOLOGIE



Eine Human-Wissenschaft und ihre Bedeutung für unser Leben.

WAP – EINE WISSENSCHAFT STELLT SICH VOR

Wohn- und Architekturpsychologie (WAP) beschäftigt sich mit der Wirkung von Räumen, Gebäuden und deren Umfeld auf den Menschen.

RÄUME PRÄGEN UNSER(E)

- Befinden und Verhalten
- Beziehungen (Familie, Partnerschaft, Nachbarschaft, am Arbeitsplatz)
- persönliche Entwicklung und Entfaltung
- Gesundheit und Wohlergehen
- Konzentration, Motivation, Stimmung etc.

Ziel der WAP in der Praxis ist es, das Wissen bei der Planung von Gebäuden und Siedlungen bzw. bei der Gestaltung von Räumen gezielt einzubringen positive Wirkungen zu stärken und negative zu reduzieren, sowie neue, ungenutzte Potentiale zu generieren.

In Summe geht es darum, Räume, Gebäude bzw. ganze Siedlungen humaner gestalten zu können. Daraus ergibt sich nicht nur ein individueller, sondern auch ein gesellschaftlicher Nutzen und gegebenenfalls sogar ein finanzieller.

STATUS-QUO: ASPEKTE ZUR WIRKUNG VON GEBAUTEN LEBENS-RÄUMEN AUF MENSCHEN

„Neue Volkskrankheiten“

Dass Burn-out und Depressionen zu sogenannten neuen Volkskrankheiten geworden sind, wird von vielen gängigen Wohn- und Arbeitsräumen bzw. Gebäude- und Siedlungseigenschaften zumindest mitverursacht.

Das Paradoxon

Viele gängige Wohnbauformen fördern sowohl Crowding als auch soziale Isolation - also paradoxerweise ein Zuviel und ein Zuwenig an Sozialkontakten zur gleichen Zeit und am selben Ort. Wenn Leute vereinsamen, obwohl sie mitten unter Menschen leben, so sind dafür fehlgeleitete räumliche Strukturen verantwortlich.

Störungsbilder

Weitere Störungsbilder können (gemäß der aktuellen Forschungslage) zumindest teilweise mit Wohnen zu tun haben, unter anderem: ADHS, Adipositas, Entwicklungsstörungen bei Kindern, Angststörungen oder unterschiedliche neurotische Verhaltensmuster.

Konflikte in Familie, Partnerschaft, Nachbarschaft

Wir neigen dazu, dem „Anderen“ die Schuld für sein Verhalten zu geben. Dass daran auch die Räume ursächlich beteiligt sein können, kommt uns kaum in den Sinn, fällt uns nicht auf. Räume „machen“ scheinbar nichts, sind einfach nur da, wirken allerdings unterschwellig im Hintergrund und dies ununterbrochen.

Der professionelle Einsatz von WAP könnte in vielen Fällen Positives bewirken.



WELCHE WIRKUNG KANN DAS WOHN- UND ARCHITEKTURPSYCHOLOGISCHE KNOW-HOW ERZIELEN?

HUMANE UND SOZIALE EFFEKTE unterschiedlicher Art z.B.:

- erhöhter Erholungseffekt (Stressreduktion), Beitrag zur Burn-Out-Prävention
- nachhaltige Unterstützung des Wohlergehens: Reduktion von belastenden Aspekten
- Verbesserung des Zusammenlebens: Beitrag zur Konfliktprävention
- positive Einflüsse auf die soziale, emotionale und kognitive Entwicklung von Kindern wie Erwachsenen
- positive Auswirkungen auf Leistungs- und Kommunikationsbereitschaft, Konzentration und Motivation

IN DER PLANUNGSPRAXIS BEWIRKT WAP EINE WIN-WIN-SITUATION FÜR ALLE BETEILIGTEN:

- BewohnerInnen erfreuen sich einer höheren Wohnqualität (oder Aufenthaltsqualität).
- Bauträger, Entwickler, Investoren können ein besseres Produkt anbieten.
- Planende erhalten einen optimierten Entwurf mit nachhaltig positiver Wirkung auf die künftigen BenutzerInnen.
- Der gesellschaftliche Nutzen ergibt sich in der Folge von selbst - beispielsweise geringere Gesundheitskosten oder geringere Wahrscheinlichkeit für Incivilities.

Es gibt also keinen rationalen Grund, das wohn- und architekturpsychologische Know-how nicht zu nutzen!

WORIN LIEGT DANN DIE GROSSE HÜRDE?

Die große Hürde liegt in der noch geringen Verbreitung des Know-hows und folglich in einem zu geringen oder nur bruchstückhaften Wissen um die Zusammenhänge.

Abhilfe soll in einem ersten Schritt diese Broschüre

schaffen.

Für alle Interessierten bietet IWAP (Institut für Wohn- und Architekturpsychologie) zudem Ausbildungen bzw. Beratungen, Projektanalysen, Expertisen, Projektbegleitungen etc. an.

AUF DEN NÄCHSTEN SEITEN FINDEN SIE DIE ACHT HAUPTEBENEN DER WOHN- UND ARCHITEKTURPSYCHOLOGIE.

Sensorik und Wahrnehmung

Die sensorische Ebene befasst sich mit Wahrnehmungsprozessen und deren Wirkung auf Nervensystem und Gehirn und folglich auf Empfinden, Denken und Verhalten.

Unsere Sinnesorgane samt Rezeptoren bilden mit den Nervenbahnen und dem Gehirn ein großes zusammenhängendes System. Alles, was wir über unsere Sinne - bewusst oder unbewusst - aufnehmen, wirkt nicht nur auf unsere aktuelle Stimmung, sondern beeinflusst unser gesamtes Denken, Fühlen und Handeln sowie zahlreiche vegetative (unbewusste) Körpervorgänge.

Sensorische Stimuli (Sinnesreize und -wahrnehmungen) repräsentieren bildlich gesprochen das ‚Grundnahrungsmittel‘ für dieses Gesamtsystem (Nervensystem und Gehirn).



Kaum bis keine Stimuli vorhanden



MÖGLICHE WIRKUNGEN IM ÜBERBLICK

Die geeignete „Nahrung“ für unsere Sinne kann nachweisbar positive Wirkungen mit sich führen.

- So kann das richtige Stimulationsniveau belebend wirken
- oder den Menschen zur Ruhe kommen lassen.

Räume beeinflussen unsere Denk- und Handlungsprozesse:

- Räume und deren Gestaltung können Motivation und Handlungsbereitschaft erhöhen.
- Gleiches gilt für Effizienz, Leistungsfähigkeit und Konzentration.
- im Idealfall können sie zur gleichen Zeit stimulierend und entspannend wirken.

Häufig ist jedoch das Gegenteil der Fall:

- sie erhöhen die Anspannung, verstärken die Nervosität
- lassen den Menschen schneller ermüden
- verkürzen die Konzentrationsphasen
- vermindern Aufmerksamkeit und Aufnahmefähigkeit

Mangelhafte Wahrnehmungsräume können weitere unterschiedliche Reaktionen mit sich bringen:

- innere Unruhe
- Unbehagen, ohne den genauen Grund dafür nennen zu können
- erhöhte Reizbarkeit, Überempfindlichkeit
- depressive Verstimmungen, Lethargie
- bis hin zu (scheinbar grundlosen) Angstzuständen

Mögliche Folgen sensorischer Isolation (Deprivation):

- verstärktes Verlangen nach Ersatzstimuli z.B. via Essen, Trinken oder erhöhten Medienkonsum
- Beeinträchtigung der Denkfähigkeit, Trägheit und vieles mehr



Soziale Beziehungen

Die soziale Ebene behandelt Themen wie zwischenmenschliche Interaktionen, Kommunikation, Beziehungen, Konflikte etc. jeweils im räumlichen Kontext.

Innen- und Außenräume, deren Struktur, Gestaltung und Anordnung beeinflussen das Zusammenleben der Menschen. Sie können Konfliktpotentiale erzeugen und Konfrontationen gleichsam vorprogrammieren. Sie können Beziehungen untergraben und zersetzen oder zu deren Gelingen und Erblühen beitragen.

Räume, Gebäude und Umfeld können in vielerlei Hinsicht ungeeignet konzipiert sein, ebenso vielfältig sind daher die Auswirkungen:

- eingeschränkte Sozialisation, soziale Isolation, Vereinsamung (insbesondere für Kinder relevant sowie für Personen, die sich großteils zu Hause aufhalten)
- Gefühl der Bedrängnis, Crowding-Effekte
- Abschottungstendenzen, Kontaktvermeidung
- Anspannung, Stresssymptome
- verstärkte aggressive, aversive oder feindselige Tendenzen

Räume können aber auch das Miteinander in der Familie, der Nachbarschaft oder am Arbeitsplatz unterstützen.

Sie fördern zudem tendenziell:

- den positiven Verlauf von Gesprächen, Interaktionen, Arbeitsprozessen
- die Entstehung und den Erhalt von sozialen Netzwerken (bessere soziale Einbindung, ein Gefühl, gut aufgehoben zu sein)
- die Beziehung zwischen Bewohnern oder Arbeitenden bzw. die Beziehung zu Kunden oder Vorgesetzten
- und anderes mehr

„Gebaute Beziehungen“

Räumliche Strukturen bestimmen die zwischenmenschliche Ebene - und diese bestimmt wiederum das Schicksal von Gebäuden.



LIEBESBEZIEHUNGEN



KINDER & JUGENDLICHE



NACHBARN & FREUNDE



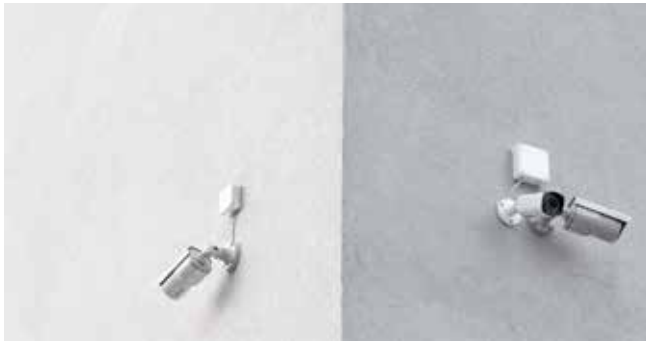
Schutz, Sicherheit, Kontrolle

Die Wohn- und Architekturpsychologie befasst sich in diesem Kontext mit zwei großen Themengruppen: „Schutz der Privat- und Intimsphäre“ sowie „Sicherheit und Sicherheitsempfinden“. Gerade beim Wohnen gehen diese fließend ineinander über.

SCHUTZ DER PRIVAT- UND INTIMSPHÄRE

Folgende Aspekte stehen hier im Fokus:

- Schutz vor (visueller/audiotiver) Fremdkontrolle respektive Schutz der eigenen Privat- und Intimsphäre im räumlich-sozialen Kontext
- Schutz vor „Crowding“, einem Übermaß an unerwünschten Sozialkontakten. Dies beinhaltet auch das Bedürfnis nach sozialer Regulation, d.h. selbst bestimmen zu können, wann ich wo mit wem in Kontakt treten kann oder nicht.
- Schutz vor Fremdanerkennung / Fremdgestaltung: Schutz der eigenen Person und des eigenen Lebensraums samt Inhalt vor anderen Personen oder deren Handlungen



Überwachungskameras

Bei einem Einbruch beispielsweise stellt in den meisten Fällen weniger der materielle Verlust die schwerwiegendste Beeinträchtigung dar, sondern der Kontrollverlust über den eigenen innersten Lebensraum. Dass fremde Personen in den eigenen Kernlebensraum eingedrungen sind und sich diesen „angeeignet“ haben (Fremdanerkennung), wird nicht selten als traumatisch erfahren. Der eigentliche Hauptschaden entsteht folglich häufig auf psychologischer Ebene.



Angsträume im öffentlichen Raum



Schutz der Privat- und Intimsphäre

SICHERHEITSMASSNAHMEN UND SICHERHEITSEMPFINDEN

Nicht alle technische Sicherheitsmaßnahmen (wie Alarmanlagen, Videokameras, massive Absperrmaßnahmen etc.) erhöhen automatisch auch das Sicherheitsempfinden. Entscheidend für die Wohnqualität als auch für das Sozialgefüge ist allerdings letzteres.

WAP setzt den Fokus primär auf räumlich-strukturelle und gestalterische Einflussfaktoren, die auf das Verhalten einwirken - auch auf jenes von potenziellen Einbrechern. Viele dieser Faktoren spielen eine entscheidende Rolle hinsichtlich Sicherheit (Kriminalitätsrate etc.) und Sicherheitsempfinden.

Räumliche Strukturen können

- einerseits Verbrechen oder Vandalismus scheinbar „magisch“ anziehen. Die entscheidenden Ursachen sind jedoch weniger magisch, sondern im Zuge einer Analyse meist klar fassbar.
- andererseits objektiv nachweisbar zur Verbesserung der Sicherheit beitragen und vorbeugend gegenüber Verbrechen wirken.
- Sicherheit und Geborgenheit im Gebäude wie im Wohnumfeld generieren. Erst wo räumliche Strukturen versagen, werden Alarmanlagen, Überwachungskameras, Verbarrikadierungsmaßnahmen oder gar Wachpersonal notwendig.

Weitere mögliche Konsequenzen von nicht adäquaten Raumstrukturen:

- unbestimmte Angstzustände, Unbehagen
- Gefühl des Ausgeliefert-Seins, der Hilflosigkeit
- Mangelnde Orientierung, Unsicherheit
- Entstehung von „Angsträumen“

Dafür sind jeweils unterschiedliche Wirkungszusammenhänge verantwortlich.

Aneignung und Personalisierung

Wir nähern uns hier einer Kernaufgabe jedes Wohnbaus, Gestaltungs- und Aneignungsprozesse zu ermöglichen bzw. zu unterstützen als auch die Entstehung emotionaler Ortsbindung und Ortsidentität zu forcieren.

Sobald dies in hinreichendem Maß real wird, darf ein Wohnbau oder eine Wohnsiedlung weitgehend als gelungen bezeichnet werden.

(A) ANEIGNUNGSRAUM UND EMOTIONALE ORTSBINDUNG (HEIMATGEFÜHL)

Der Begriff der „Aneignung“ steht im wohn- oder umwelt-psychologischen Sinn für nahezu jede Interaktion mit den räumlichen Gegebenheiten in unterschiedlichster Form wie z.B. sich aufhalten, verweilen, durchschreiten, spielen, Sport betreiben, (soziales oder physisches) interagieren welcher Art auch immer, gestalten, umformen, adaptieren etc.

Mit jeder Aneignung wird zugleich auch eine Beziehung zwischen der Person und dem jeweiligen Raum bzw. dem jeweiligen Objekt hergestellt. Jeder Aneignungsprozess erzeugt folglich ein (kleines) Stück emotionaler Bindung zum Ort. Dazu braucht es nicht bloß richtig konzipierte Angebote, sondern auch die entsprechende Affordanz.

Wichtiges Grundprinzip:

Ein „Heimatgefühl“, ein Gefühl des „Zuhause-Seins“ entsteht erst über eine Abfolge von verschiedenen Aneignungsprozessen. Dabei spielt nicht nur die Wohnung selbst, sondern vor allem auch das Wohnumfeld eine bedeutende Rolle.



(B) HOMO SAPIENS ALS GESTALTENDES WESEN

Jedem Menschen wohnt von Natur aus ein Gestaltungsbedürfnis inne - ein Bedürfnis, seine Umwelt,



insbesondere seinen Lebensraum oder zumindest Teile davon, zu gestalten.

Die Erkenntnisse der Gestalttherapie beschreiben ausführlich die positiven Effekte des Gestaltens auf das mentale und emotionale Befinden des Menschen. Die Gestalttherapie bezieht sich dabei nicht nur auf psychisch in Mitleidenschaft gezogene Personen, sondern ausdrücklich auf alle Menschen.

PERSONALISIERUNG UND ORTSIDENTITÄT

Der Prozess der Personalisierung vollzieht sich in erster Linie über Gestaltungsprozesse (z.B. Gestalten, Dekorieren, Markieren sowie Einrichten). Über diese beginnt sich eine Person nach und nach verstärkt mit der selbst gestalteten Umwelt zu identifizieren. Personalisierung bedeutet, dass vormals neutrale bauliche Strukturen und Räume zu einem Teil der eigenen Persönlichkeit werden. Sie repräsentieren damit die Persönlichkeit auch nach außen hin, geben Informationen über dieselbe preis. Personalisierungen bzw. Gestaltungen bereiten den Boden für die stärkste Form der emotionalen Bindung zur jeweiligen Wohnung, zum jeweiligen Wohnort: die Ortsidentität.



DIE ZENTRALEN FRAGEN DER WAP LAUTEN ZU (A) UND (B).

- Wie kann man die genannten Prozesse unterstützen?
- Wie müssen räumliche Strukturen konzipiert sein, damit diese auch angenommen werden (und nicht bloß brach liegen)?
- Wie entsteht eine emotional positiv besetzte Ortsbindung?
- Kurz: Was trägt dazu bei, dass Wohnbauten und Wohnsiedlungen gelingen können?

Erholung und Stressbelastung

Eine wesentliche Aufgabe von Wohnung und Wohnumfeld bildet die Unterstützung von Erholung und Regeneration als auch die Reduktion von Stressoren unterschiedlichster Art.

Die zentralen Fragen lauten:

WIE SEHR ERMÖGLICHT DAS HABITAT FÜR DIE BEWOHNENDEN ERHOLUNG? WELCHE STRESS-BELASTUNGEN SIND ERKENNBAR? WELCHE EMPFEHLUNGEN KANN DIE WAP FÜR DEN JEWEILIGEN FALL DEFINIEREN?

Ob und wie sehr sich in einer bestimmten Wohnumwelt entweder Erholung oder Stressreaktionen einstellen, hängt von mehreren Faktoren ab, wie beispielsweise:

- Schutz: Erfüllung sämtlicher Schutzfunktionen, insbesondere der sensorischen und sozialen Schutzbedürfnisse
- Kontrollbedürfnisse: keine Crowding-Situationen, keine Situationen, die Unsicherheit steigern, keine zu große Exponiertheit etc.
- sensorische Qualitäten: das adäquate Stimulationsniveau in Abstimmung auf den Faktor Zeit bzw. die Aufenthaltsdauer und die Nutzungspräferenzen
- Naturnähe und Naturwahrnehmung: Natur bietet in vielerlei Hinsicht den stärksten Erholungseffekt

Sofern Räume und Gebäude samt Umfeld passend konzipiert sind und die richtigen Qualitäten aufweisen, können sie:

- Erholung und Regeneration bieten
- zum Stressabbau beitragen

- die Auswirkung von Arbeitsbelastungen bzw. von emotionalen, seelischen und körperlichen Belastungen reduzieren

Im negativen Fall können sie hingegen Stressreaktionen aller Art hervorrufen wie:

- die Verstärkung von Erschöpfungszuständen – man kann die inneren „Batterien“ nicht mehr aufladen (Phänomene wie Burn-out liegen nicht selten in der Wohnsituation mitbegründet)
- Schlafstörungen und psychosomatische Konsequenzen
- Erhöhung der Schmerzsensibilität insgesamt
- Auftreten körperlicher Beschwerden (bisweilen auch dann, wenn keine organischen Ursachen feststellbar sind)

DER FAKTOR ZEIT IST MASSGEBLICH

Nur einige der Wirkungen treten unmittelbar auf, viele erst über Wochen, Monate oder Jahre hinweg. Sie werden daher von den Betroffenen selbst kaum registriert und häufig unterschätzt!

Eine professionelle Analyse bringt auch die langfristigen und unbewussten Wirkungszusammenhänge zu Tage!



STRESSBELASTUNG



ERHOLUNG



Entwicklung, Entfaltung, Lebensphasen

Die eigene Lebenswelt bildet einen wichtigen Nährboden für die individuelle Entwicklung, Reifung und Entfaltung von Personen jeden Alters.

Darüber hinaus leistet eine adäquat konzipierte Wohnumwelt einen Beitrag zu einem erfüllten Leben als auch zur Stärkung des Selbstwertempfindens, zur Erhöhung der Lebenszufriedenheit sowie zu einem Gefühl der Lebendigkeit.

Sind Defizite vorhanden, so können diese unter anderem durch folgende Symptome spürbar werden:

- (scheinbar) grundlose Unzufriedenheit
- das Gefühl, keinen Ort „für sich“ zu haben
- sich als überflüssig, deplatziert oder gar unerwünscht zu empfinden
- Antriebslosigkeit, Lethargie, depressive Verstimmungen
- ein Gefühl der Sinnlosigkeit, Lustlosigkeit (ohne eine konkrete Ursache dafür nennen zu können)

Betrachtet werden in diesem Zusammenhang auch die Hauptlebensphasen im Wohnkontext nach Gruppen wie: Singles und Couples (ohne Kinder), Alleinerziehende/Familien mit Kindern mit Kindern, kindliche und jugendliche Entwicklungsumwelten, ältere aktive Personen, ältere und/oder körperlich eingeschränkte Personen, auswärts Arbeitende und daheim Arbeitende.



Kinder bilden insofern eine besondere Gruppe, als dass sie meist noch wesentlich enger an ihre Wohnumwelt gebunden sind und stärker von den räumlichen Gegebenheiten beeinflusst werden als Erwachsene - dies gilt auch für die Lebenswelten Kindergarten oder Schule.

Wahrnehmungs-, Erlebnis- und Erfahrungsräume mit ihren Qualitäten und/oder Mängeln prägen Kinder und Jugendliche.

Mögliche Folgen bei räumlichen Defiziten:

- Ausbildung destruktiver Verhaltensmuster
- passiv-aggressive Verweigerungshaltung
- im Extremfall sogar psychische Störungen
- verzerrte Selbstwahrnehmung, verringertes Selbstwertgefühl

Im positiver Hinsicht können Wahrnehmungs-, Erlebnis- und Erfahrungsräume die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen in vielen Bereichen unterstützen und fördern, sei es

- körperlich, gesundheitlich (Bewegung und Vitalität)
- emotional, kognitiv (Kreativität)
- sozial, charakterlich (sozial interaktive und kommunikative Kompetenzen)

Sie können darüber hinaus

- zur Bildung und Stärkung des Selbstbewusstseins beitragen
- Kinder in ihrer Selbstständigkeit fördern (Diese „beanspruchen“ dann die Eltern weniger intensiv.)
- tendenziell die Eltern-Kind-Konflikte reduzieren

Selbst Zusammenhänge zwischen den Eigenschaften einer Wohnumwelt und der Bereitschaft von Erwachsenen, überhaupt Kinder zu bekommen, sind erkennbar.



Raum und Verhalten

Jede räumliche Struktur fördert bestimmte Verhaltensmuster, jede Gestaltung und Ausstattung animiert uns zu bestimmten Umgangs- und Nutzungsweisen. Die konkreten Ursachen, Zusammenhänge und Empfehlungen bilden zentrale Fragestellungen wohn- und architekturpsychologischer Analysen.

DAS KONGRUENZPRINZIP

Über kurz oder lang entsteht immer eine Kongruenz (Übereinstimmung) zwischen räumlichen Settings und menschlichem Verhalten. Da beide aus WAP-Sicht ein Gesamtsystem bilden, lassen sich aus der Analyse desselben die wahrscheinlichen Verhaltensmuster ableiten.

Das bedeutet nicht mehr und nicht weniger, als dass vielfach bereits bei Planungen jene Verhaltensmuster vorhergesagt werden können, die das jeweilige Setting entstehen lässt, begünstigt oder bisweilen nahezu einfordert. Und diese sind nicht immer identisch mit jenem Verhalten, das sich die Planenden oder Auftraggeber selbst dort vorgestellt hatten.

RÄUME BESTIMMEN DAS VERHALTEN GROSSTEILS, OHNE DASS SICH DIE BETROFFENEN SELBST DESSEN BEWUSST SIND!

So vielfältig wie räumliche Settings (in Gebäuden oder in Freibereichen, Verkehrsflächen etc.), so vielfältig sind auch die entsprechenden Verhaltensmuster.

Eine Frage lautet meist bei Planungen: Wird sich auch das vorgestellte bzw. erwünschte Verhalten einstellen? Werden die geplanten Raumstrukturen und Bereiche auch so genutzt bzw. angenommen wie erhofft?



EINKAUFSZENTREN



AUFENTHALTSRÄUME JEDLICHER ART



ÖFFENTLICHER RAUM

Zum Beispiel weisen Phänomene wie Verwahrlosung, unsachgemäße Benutzung und Vandalismus häufig auch strukturelle Ursachen auf. Die Übergänge von positiver emotionaler Ortsverbundenheit, Heimat- und Verantwortungsgefühl für die eigene Wohnung und die Wohnumwelt hin zu emotionaler Distanz, Gleichgültigkeit und Rücksichtslosigkeit sind fließend. Eine Vielzahl an Untersuchungen belegt die psychologischen Zusammenhänge dazu.

HANDLUNGS- UND BEWEGUNGSKONGRUENZ

Die Anordnung, Ausstattung und Dimensionierung von Räumen inklusive ihrer Einrichtung beeinflussen die menschlichen Bewegungs-, Handlungs- und Nutzungsmuster.

So können sie diesen zuwiderlaufen und somit Umständlichkeit im alltäglichen Handeln nach sich ziehen, gefolgt von Mühsal, Ärger und Frustration. Oder sie können diesen Bewegungs- und Handlungsabläufen entsprechen bzw. ihnen zumindest entgegenkommen. Man spürt dann die räumlichen Strukturen im Alltag oft gar nicht, weil nichts "stört", behindert oder beengt.

Kongruenz bedeutet hier auch, dass man sich nahezu automatisch zurecht findet und sich die entsprechenden Handlungsmuster gleichsam von selbst einstellen.

Eine zentrale Aufgabe der WAP besteht darin, Empfehlungen dahingehend zu formulieren, dass sich eher erwünschte Verhaltensmuster etablieren und unerwünschte oder gar destruktive Verhaltensweisen weniger wahrscheinlich werden.

Gesundheit & Behaglichkeit

Diese Ebene thematisiert, inwieweit die Wohnung und Wohnumgebung die physiologischen Prozesse unterstützen und damit gesundheitsförderlich wirken können. Sie stellt bereits den Übergang zu baubiologischen bzw. umweltmedizinischen Themen dar (Umweltgifte, gesunde Materialien, Raumklima etc.), die ergänzend zur WAP zu betrachten wären.

SALUTOGENE UND PATHOGENE ASPEKTE

Nahezu alle wohnpsychologischen Kriterien üben einen Einfluss auf das Wohlbefinden aus. Häufig ist es nur eine Frage der Intensität und Dauer der Exposition, die darüber entscheidet, ob ein Kriterium „nur“ das Wohlbefinden beeinflusst oder bereits gesundheitlich relevant wird.

PSYCHOSOMATIK

Aufgrund der engen Verbindung zwischen Körper und Psyche wirken physiologische Faktoren stets direkt oder indirekt auch auf psychologischer Ebene und umgekehrt. Vor allem, wenn es um Gesundheit und Wohlbefinden geht, sind Körper und Psyche kaum voneinander zu trennen.

Die Prozesse der Psychosomatik wirken beständig und vielfach unbewusst. Beispielsweise können Räume und Wohnumwelten Heilungsprozesse unterstützen sowie nachweislich die Genesung von körperlichen wie psychischen Krankheiten und Verletzungen beschleunigen.

Auch therapeutische bzw. Therapie-unterstützende Effekte sind möglich. Abgesehen von Belastungen durch Schad- und Giftstoffe, Elektrosmog, falsche Klimatisierung etc. (diese bilden baubiologische bzw. umweltmedizinische Themen) können Wohnumwelten auch dann krank machen, wenn grundlegende Bedürfnisse auf Dauer zu stark beeinträchtigt werden.

BEHAGLICHKEIT

Um Behaglichkeit zu erzeugen, genügt ein angenehmes Raumklima noch nicht. Dazu bedarf es weiterer sensorischer und psychologischer Kriterien.

Beispielsweise müssen alle Schutzbedürfnisse (nicht nur der Schutz vor Wetter und Kälte) erfüllt werden. Des Weiteren braucht es auch die Erfüllung von sensorischen Kontaktbedürfnissen: Ein Mensch fühlt sich nur dann in einem Setting wohl, wenn seine Sinne Kontakt zum unmittelbaren Umfeld aufnehmen können (auch haptisch-taktil).

Weitere Faktoren aus psychophysiologischer Sicht:

- Wirkung von Sonne und Licht
- Wirkung von Pflanzen und Grünflächen
- Wirkung von Materialien und Bauweisen
- Art der Heizung und Wärmeübertragung und psychophysiologische Konsequenzen
- Lüftung und Klimatisierung samt Konsequenzen



STRAHLUNGSWÄRME



PFLANZEN UND LICHT



Die acht Ebenen definieren die Lebensqualität von gebauten Strukturen.

WORIN BESTEHT NUN DIE HAUPTGEFAHR BEZÜGLICH DER PRAKTISCHEN UMSETZUNG?

Die Hauptgefahr besteht darin,

... dass ein Großteil der Zusammenhänge nicht erkannt wird.

... dass negativen Wirkungen falsche Ursachen zugeordnet werden und daher verkehrte Maßnahmen gesetzt werden.

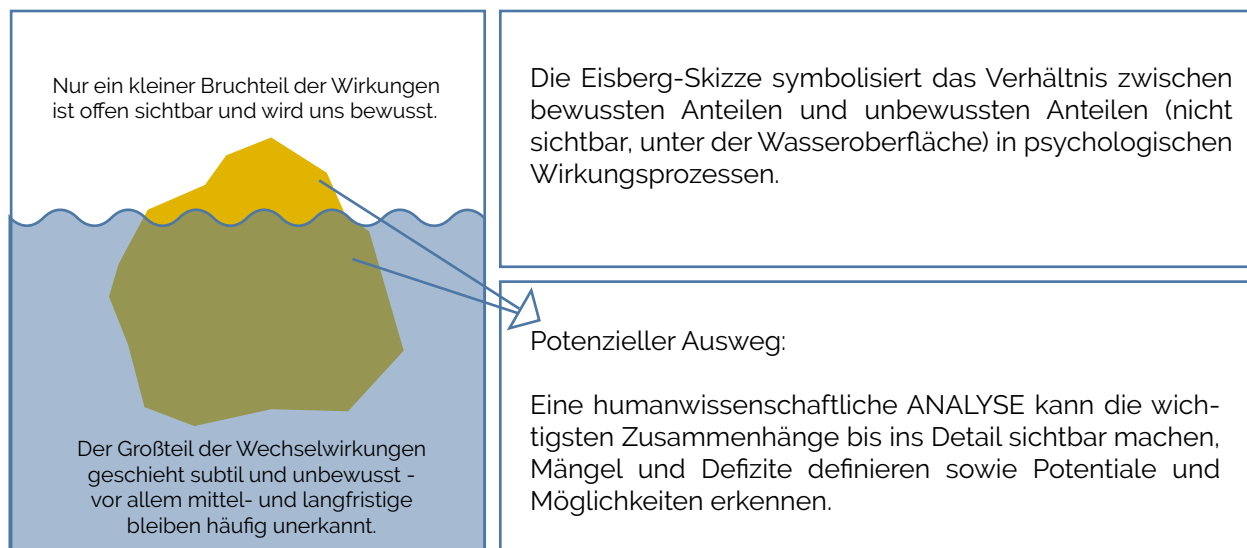
... dass viele positive Qualitäten und Potentiale ungenutzt bleiben.

WORIN LIEGT DAS HAUPTPROBLEM?

Nur ein kleiner Bruchteil der Wirkungen ist offen sichtbar und wird uns bewusst!

Der Großteil der – vor allem mittel- bis langfristigen – Wechselwirkungen geschieht subtil und unbewusst und bleibt somit häufig unerkannt.

EISBERGSHEMA



WAS HILFT?

Die Nutzung des bereits vorhanden Know-hows. Eine humanwissenschaftliche Analyse (HQA) erkennt alle wichtigen Zusammenhänge im Detail, benennt Mängel und Defizite als auch Möglichkeiten und Potentiale.

WISSENSCHAFTLICHE BASIS

Die wissenschaftliche Basis für die genannten Themen und Methoden bilden zahlreiche Forschungs-

ergebnisse aus verschiedenen Teilgebieten der Psychologie wie der Wahrnehmungs-, Sozial-, Umwelt-, Entwicklungspsychologie, den Neurowissenschaften oder der Gehirnforschung sowie der humanistischen Psychologie.

Die Wohn- und Architekturpsychologie schlägt jedoch auch eine Brücke zu anverwandten Fächern wie der Anthropologie, Humanethologie, Baubiologie oder Wohnphysiologie und natürlich zur Architektur von der Innenraumgestaltung bis zum Städtebau.

ANWENDUNGSGEBIETE

Wohn- und Architekturpsychologie erfasst im Prinzip alle Bereiche des gebauten menschlichen Lebensraums ...

... beginnend bei den Innenräumen und deren Gestaltung

... über die Gebäude und deren innere wie äußere Struktur

... bis hin zu den Außenbereichen und Freiräumen, wie öffentliche Plätze, Parkanlagen und Stadträume.

DIE **WOHNPSYCHOLOGIE** BEFASST SICH PRIMÄR MIT

- Wohnbauten, Wohn- und Siedlungsformen aller Art
- Wohnumfeldgestaltung
- Siedlungen und Stadtquartieren
- Sonderwohnformen wie Altenheimen und Studentenheimen
- Sanatorien, Kuranstalten, Krankenanstalten
- Ferien-, Erholungs- und Urlaubswohnformen (Hotels, Feriendörfer, Apartmentanlagen ...)

DIE **ARCHITEKTURPSYCHOLOGIE** BEHANDLT DARÜBER HINAUS VIELE WEITERE GEBÄUDETYPEN UND -NUTZUNGEN WIE:

- Büro- und Arbeitsräume bzw. -gebäude
- Schulen und Ausbildungsstätten
- Kindergärten und Kindertagesstätten
- Freizeit- und Erholungseinrichtungen, Thermen
- Geschäfts- und Gewerbebauten
- Museen und Ausstellungsräume

PRAKTISCHE TÄTIGKEITSFELDER DER WAP

- Planungsberatung und Projektanalysen
- Bestandsanalysen und Expertisen
- Beratung in Gestaltungs- und Planungsfragen - von der Innenraum- bis zur Wohnumfeldgestaltung
- Integration in Therapie, Coaching und Beratungstätigkeiten
- Arbeitsplatzanalyse und Burn-out Prävention
- Hausbaucoaching und Paarberatung

Das Potential der Wohn- und Architekturpsychologie

Möglicher (finanzieller) Nutzen und humane Nachhaltigkeit

Die Nutzung von neuem zusätzlichem Know-how bringt naturgemäß eine Reihe an Vorteilen. Dazu zählen unter anderem:

(A) MEHR LEBENSQUALITÄT

Der Nutzen für die Bewohnenden liegt klar auf der Hand - sie erhalten mehr Lebensqualität.

Für welche Verantwortungsträger kann das Know-how (WAP-Wissen) etwas bringen?

- für Bauträger, Projektentwickler, Investoren, Hausverwaltung, Wohnbaugenossenschaften
- für die öffentliche Hand, für die Krankenversicherungen
- für Betriebe, Firmen, Büros
- für die Planenden

(B) REDUKTION VON MÄNGELN/VERMEIDUNG VON FEHLPLANUNGEN

Kleinere oder größere „Bauschäden“ aus humanwissenschaftlicher Perspektive (wie oben exemplarisch dargelegt) können vielfach vermieden bzw. reduziert werden.

(C) STÄRKUNG DER HUMANEN NACHHALTIGKEIT UND DAMIT VERBUNDENE FINANZIELLE EFFEKTE

(C1) BEIM WOHNEN

In Anlehnung an die bereits erwähnten Themen kann beispielsweise davon ausgegangen werden,

... dass das Zusammenleben / das Nachbarschaftsgefüge tendenziell besser funktioniert und Konflikte weniger wahrscheinlich werden.

... dass das Maß an Gereiztheit und die Neigung zu Beschwerden tendenziell etwas geringer ausfallen.

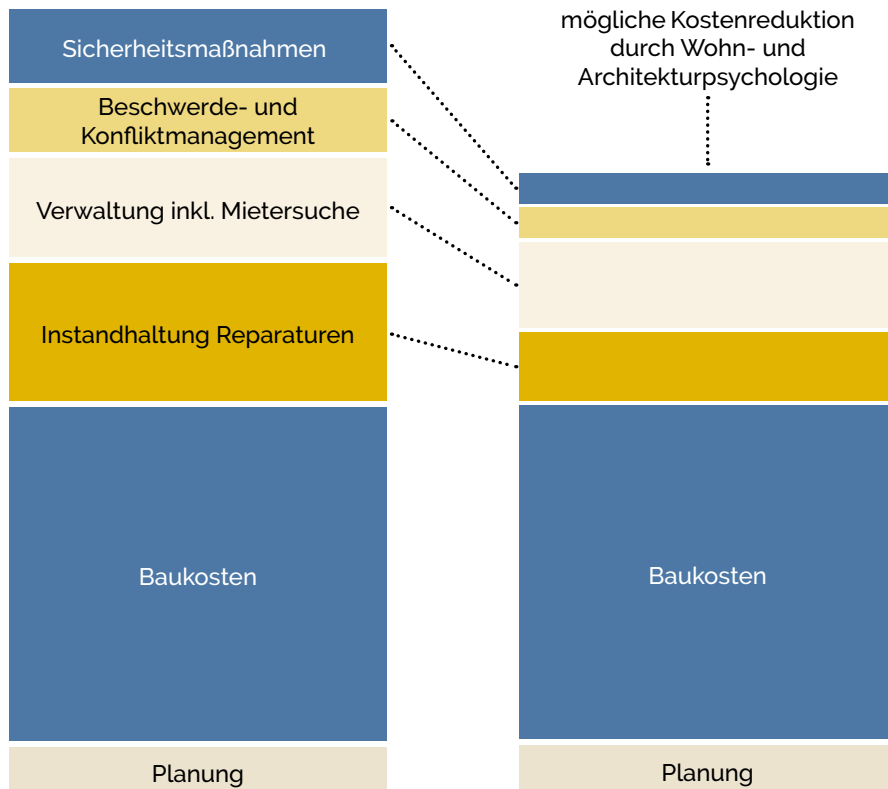
... dass die Bewohnenden eine stärkere emotionale Ortsbindung entwickeln und damit im Schnitt etwas mehr acht auf Wohnung, Gebäude und Umfeld geben.

... dass der Faktor Sicherheit als auch das Sicherheitsempfinden erhöht werden.

... dass die Neigung, die Wohnung oder den Ort zu verlassen, reduziert wird (tendenziell geringere Fluktuation, geringere Leerstandsgefahr).

Anmerkung: Man darf sich zu alledem zwar keine Wunder erwarten, aber die Wirkungen sind nachweisbar. Der Einsatz von Wohn- und Architekturpsychologie macht sich langfristig meist in humaner als auch in finanzieller Hinsicht bezahlt.

MÖGLICHE FINANZIELLE EFFEKTE IN DIESEM KONTEXT (für Bauträger, Wohnbaugenossenschaften, Hausverwaltung)



(C2) BEI BÜROS UND ARBEITSPLÄTZEN (ODER AUCH AUSBILDUNGSSTÄTTEN)

Die Berücksichtigung des WAP Know-hows kann folgende Konsequenzen nach sich ziehen:

- verbesserte bzw. verlängerte Konzentrationsfähigkeit
- generell positive Effekte auf kognitive Tätigkeiten unterschiedlicher Art (Schreiben, Lesen, Überlegen, Rechnen)
- geringeres Maß an Belastungen durch Verringerung raumbezogener Stressoren
- in Summe auch eine verringerte Burn-out Gefahr
- tendenziell positive Effekte auf Motivation und Leistungsbereitschaft
- positive Einflüsse auf das Interaktionsverhalten, Kommunikation, Kooperation
- positive Wirkungen auf Kundeninteraktionen

Gemäß einschlägiger Untersuchungen lassen sich die Kosten einer Firma (bezogen auf Büroflächen) über einen Zeitraum von 10 Jahren betrachtet wie folgt in 4 große Rubriken* einteilen:

82% Arbeitskräfte, 10% Technologie, 3% Instandhaltung und 5% Arbeitsplatz, wobei die Rubrik „Arbeitsplatz“ sowohl das Gebäude (Errichtungskosten!) als auch die Möblierung beinhaltet!

Hierzu sind die positiven Effekte bereits durch diverse Studien belegt - sowohl hinsichtlich der individuellen Performance, der Gruppenperformance als auch der Arbeitsplatzzufriedenheit.

FAZIT: DAS NICHT-BEACHTEN VON KNOW-HOW BZW. DAS NICHT-WISSEN UM DIE PSYCHOLOGISCHEN ZUSAMMENHÄNGE VERURSACHT NACHWEISBAR MEHRKOSTEN!



(D) SOZIALER / GESELLSCHAFTLICHER NUTZEN

Der gesamte gesellschaftliche Nutzen ist hier gar nicht zur Gänze darstellbar, dazu bedürfte es aufgrund der Komplexität einer eigenen Abhandlung. Offensichtlich sind auszugswise folgende Aspekte:

- Reduktion von Gesundheitskosten, weniger Krankenstände
- Reduktion der Gefahr von Incivilities, Kriminalprävention
- Stabilisierung des sozialen Gefüges, insbesondere des jeweiligen Nachbarschaftsgefüges
- fallweise auch Revitalisierung oder Attraktivierung von Siedlungen, Stadtquartieren, Ortschaften



IWAP hat die Aufgabe, wohn- und architekturpsychologisches Wissen für die Allgemeinheit verfügbar und anwendbar zu machen mit dem Ziel, die menschliche Qualität von gebauten Umwelten nachhaltig zu erhöhen. IWAP bildet ein Netzwerk aus unterschiedlichen Fachdisziplinen samt ExpertInnen im deutschsprachigen Raum.

Tätigkeitsschwerpunkte:

PROJEKTANALYSEN, BERATUNG, PROJEKTBEGLEITUNG

mehrjährige Erfahrung in Projektanalysen und Beratungen von Bauträgern, Baugruppen, Genossenschaften, Behörden, Planenden als auch Privatpersonen

AUSBILDUNGEN / LEHRGÄNGE

- Wohn- und Architekturpsychologie für die Planungspraxis
- Angewandte Wohn- und Architekturpsychologie (Beratung und Analyse)
- Arbeitsräume optimieren
- und anderes mehr unter www.iwap.eu/lehrgaenge

AUFKLÄRUNG, FORSCHUNG, PUBLIKATIONEN

- "Stadtpsychologie" mit Beiträgen von H. Reichl und H. Deinsberger-Deinsweger
- "Habitat für Menschen - Wohnpsychologie und humane Wohnbautheorie" Teil 1: Der menschengerechte Lebensraum. H. Deinsberger-Deinsweger.
- "Humane Lebenswelten" Eine Psychologie des Wohnens und Planens. H.Reichl
- "Die Psycho-Logik von Wohnbaustrukturen" H. Deinsberger.

” ES STELLT SICH NICHT DIE FRAGE, OB MAN SICH
ARCHITEKTURPSYCHOLOGIE LEISTEN KANN, SONDERN
MAN KANN ES SICH EIGENTLICH NICHT LEISTEN,
ARCHITEKTURPSYCHOLOGISCHES WISSEN NICHT ZU BEACHTEN.
DIES GILT FÜR BÜROS GENAUSO WIE FÜRS WOHNEN, FÜR
SCHULEN GENAUSO WIE FÜR DEN STÄDTEBAU, IN SOZIALER
GENAUSO WIE IN FINANZIELLER HINSICHT.

Zitat in Anlehnung an: Brill, M., Weidemann, S. & BOSTI Associates. Disproving widespread myths about workplace design. und: Robert Gifford. Making a Difference: Some Ways Environmental Psychology Has Improved the World.



Kontaktdaten:

IWAP – Institut für Wohn- und Architekturpsychologie

office@iwap.institute

www.iwap.institute | www.iwap.eu