

## Qualität statt Quantität

Bauen nach menschlichen Bedürfnissen

Autor: Dr. Harald Deinsberger-Deinsweger

### 1. Einleitung

Die wohn-psychologische Perspektive zielt auf einige Kernaspekte, die bis dato sowohl in der Planungs- und Baupraxis als auch in der politischen Entscheidungskultur nicht oder nur bruchstückhaft wahrgenommen wurden. Es geht um die simple Frage: für wen oder was bauen wir eigentlich? Für die meisten von uns würde die Antwort wohl lauten: für den Menschen. Doch was bedeutet das in letzter Konsequenz?

Um uns ein wenig aus den gewohnten Bahnen der Alltagssprache herauszuheben, wollen wir hier vom Lebewesen Homo sapiens sprechen. Folglich geht es beim Wohn- und Siedlungswesen um den gebauten Lebensraum für dieses Lebewesen. Um einen solchen mängelfrei errichten zu können, müsste man vorab eine Frage möglichst vollständig beantworten können: welche Eigenschaften und Charakteristiken muss eine gebaute (oder natürliche) Umwelt aufweisen, um als "artgerechtes Habitat" für Homo sapiens fungieren zu können? Und vor allem: mit welchen Konsequenzen ist zu rechnen, wenn dies nicht der Fall ist? Denn die Folgen erweisen sich bei eingehender Betrachtung als äußerst vielschichtig und weitreichend – auch in Hinblick auf das Thema dieses Symposiums.

#### 1.1. Humane Nachhaltigkeit

Dieser Beitrag hält zugleich ein Plädoyer für mehr humane Nachhaltigkeit<sup>1</sup> beim Bauen - nicht nur der Menschenliebe wegen, sondern weil damit zugleich auch die ökologische und letztendlich auch die ökonomische Nachhaltigkeit gestärkt werden.

Um auf das Thema "genug gebaut" Bezug zu nehmen: Die Haupttriebfeder für immer mehr Neubauten, für Zersiedelung etc. liegt aus wohnpsychologischer Perspektive primär darin, dass wir meist nicht genug "menschengerecht" gebaut haben, dass ein Großteil der gängigen Wohn- und Siedlungsformen (in der Stadt wie am Land) hohe humane und soziale Defizite aufweisen. Einige der dafür verantwortlichen Wirkungszusammenhänge werden auf den nächsten Seiten dargelegt.

Über kurz oder lang bekommen die Betroffenen vorhandene Defizite zu spüren, selbst wenn sie diese vorab (vor Einzug) nicht erahnen konnten, selbst wenn sie diese bei Befragungen nicht immer benennen können, selbst wenn sie die Ursachen nur unzureichend erklären und erkennen können. (*Warum dies häufig der Fall ist, wird unten näher erläutert.*) Irgendwann kommt dann fast automatisch der Wunsch nach etwas Anderem, Neuem, vermeintlich Besserem.

#### 1.2. Es geht um Bedürfnisse und nicht um Wünsche oder Trends

Bauen wider den menschlichen Bedürfnissen zieht stets auf unterschiedlichen Wegen negative Konsequenzen nach sich – immer!

Dies bezieht sich nicht nur auf das Wohlergehen der Menschen selbst, sondern auch auf gesellschaftliche oder siedlungsstrukturelle Entwicklungen. Beispielsweise fördert dies (indirekt) die Zersiedelung. Es ist eine häufige Ursache für Leerstände und mangelnde Attraktivität von Bestandsbauten. Es produziert sogenannte Speckgürtel rund um große Städte. Es bewirkt stets Kompensation auf irgendeine Art und Weise wie Freizeitfluchtverhalten, Zweitwohnsitze etc. Und es produziert letztendlich auch mehr Verkehr samt den damit verbunden Flächenverbrauch.

Warum ist das so?

Dazu muss man den Bedürfnisbegriff<sup>2</sup> erklären. Dieser wird im Alltag häufig missverständlich verwendet und unterscheidet sich grundsätzlich von Wünschen oder Begehrlichkeiten, die auftauchen und wieder verschwinden können, die sich ändern können und die sich manchmal auch nach Moden und Trends richten können. Ein Problem liegt darin, dass sich Menschen zwar ihrer Wünsche bewusst sind, diese können sie benennen, aber bei Weitem nicht all ihrer Bedürfnisse. Viele Bedürfnisse nehmen wir nicht unmittelbar wahr. Das heißt

---

1 Deinsberger-Deinsweger, (2013)

2 vgl.: Maslow (1981); Fromm (1982); Quitmann (1996)

jedoch nicht, dass deren Erfüllung oder Nicht-Erfüllung ohne Wirkung bliebe - ganz im Gegenteil.

Aus psychologischer Sicht bilden Bedürfnisse immanente Bestandteile der menschlichen Psyche, des menschlichen Naturells, gelten gleichsam als Wesensmerkmale des Homo Sapiens. Sie können mal stärker in den Vordergrund rücken oder verborgen bleiben. Sie können unterdrückt oder unerfüllt bleiben, aber sie können im Prinzip weder anerzogen noch eliminiert werden. Bedürfnisse bilden den Kern der Mensch-Umwelt-Interaktion – auch der Interaktion mit der wohnungsbezogenen Umwelt.<sup>3</sup> Nur über sie lässt sich definieren, welcher Art die Wirkungen (positiv oder negativ) auf Menschen sein können.

Ohne diese Bedürfnisse im Detail zu kennen, wird es folglich schwierig, menschengerecht zu planen und zu bauen oder umzubauen und zu attraktivieren. Nicht alles kann intuitiv erahnt werden.

Damit sind wir bereits bei den zentralen Forschungsfragen der WAP angelangt.<sup>4</sup>

### **1.3. Was ist Wohn- und Architekturpsychologie (WAP)?**

WAP beschäftigt sich mit folgenden zentralen Fragen:

(1) Wie wirken Räume, Gebäude und Umfeld auf Menschen?

... auf Befinden und Verhalten

... auf zwischenmenschliche Beziehungen (in Familie und Nachbarschaft)

... auf die persönliche Entwicklung und Entfaltung insbesondere von Kindern aber auch von Erwachsenen jeden Alters

... auf Konzentration, Motivation, Stimmung

... und generell auf Wohlergehen und Gesundheit

(2) Was ist eigentlich ein menschengerechter Lebensraum - ein "artgerechtes" Habitat für das Lebewesen Homo sapiens?

Was braucht der Mensch von Natur aus bzw. wie lauten die wichtigsten wohnungs- und wohnumfeldbezogenen Bedürfnisse? Und mit welchen Konsequenzen ist zu rechnen, wenn diese missachtet werden?

#### **Eine transdisziplinäre Wissenschaft**

Zur Beantwortung dieser Fragen ist es notwendig, starre fachliche Grenzen zu überwinden und Erkenntnisse aus unterschiedlichen Fachgebieten zu verknüpfen. Dazu zählen nicht nur viele Teilbereiche der Psychologie wie Wahrnehmungs-, Sozial-, Umweltpsychologie etc., sondern auch die Neurowissenschaften / Gehirnforschung, die Anthropologie, die Verhaltensforschung und andere mehr.

Somit bildet die Wohn- und Architekturpsychologie eine typische transdisziplinäre Wissenschaft.<sup>5</sup> Als solche stellt sie sich lebensnahen Themen und hat damit zugleich einen klaren Praxisbezug.

## **2. Das erste Hauptproblem: der "tiefe Graben"**

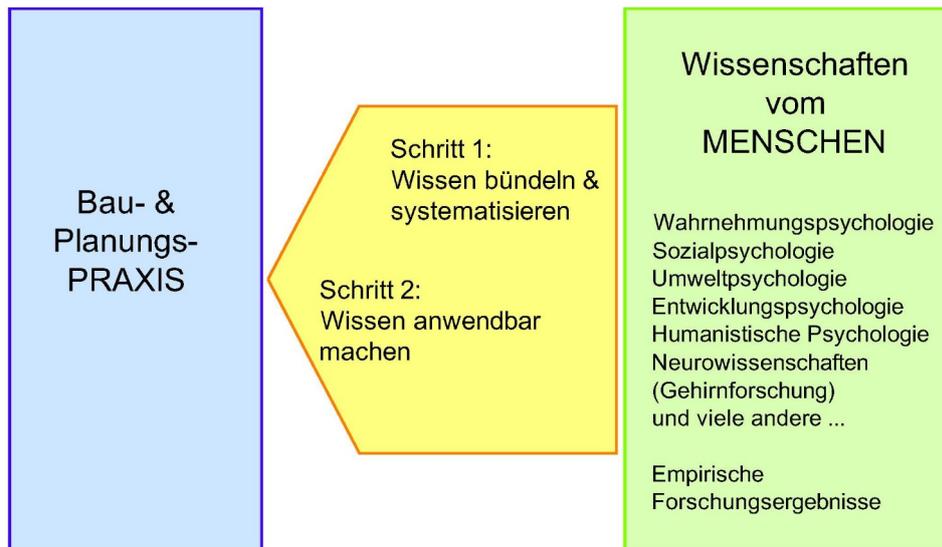
Es besteht ein tiefer Graben zwischen den Humanwissenschaften auf der einen Seite und der Bau- und Planungsbranche auf der anderen mit beiderseitigen Berührungsängsten.<sup>6</sup> Dieser Graben ist historisch aufgrund unterschiedlicher Traditionen gewachsen und hat zur Folge, dass viele relevante Erkenntnisse und Forschungsergebnisse aus den Humanwissenschaften (noch) nicht den Weg in die Baupraxis gefunden haben. Die WAP sieht es nun als Hauptaufgabe, einerseits relevante Erkenntnisse und hilfreiches Know-how in die Praxis zu bringen und andererseits auch auf unvorteilhafte Konsequenzen von manchen baulichen Strukturen hinzuweisen.

3 Deinsberger-Deinsweger (2016)

4 IWAP Institute für Wohn- und Architekturpsychologie: [www.iwap.institute](http://www.iwap.institute)  
Broschüre: [www.iwap.eu/wp-content/uploads/2020/05/Architektur-und-Wohnpsychologie.pdf](http://www.iwap.eu/wp-content/uploads/2020/05/Architektur-und-Wohnpsychologie.pdf)

5 Ropohl, G. (2012)

6 vgl. Kuo (2002); Gifford (2002); Donald (2022); Deinsberger-Deinsweger (2016)



Schema: der "Tiefe Graben" zwischen Humanwissenschaften und Baubranche

## 2.1. Welche weitreichenden Konsequenzen zieht dieser Graben nach sich?

Eine kleine exemplarische Auswahl:

o "Neue Volkskrankheiten"

Dass z.B. Depressionen und Burn-out zu sogenannten neuen Volkskrankheiten geworden sind, hat zwar nicht nur, aber auch mit vielen gängigen Wohnbau- und Siedlungsformen zu tun. Warum?

So gut wie jede Form der (aufgezwungenen) Isolation wirkt auf Dauer depressionsfördernd.<sup>7</sup> Viele aktuelle Wohnbauformen fördern Isolation (soziale Isolation, sensorische Deprivation, Isolation von der Natur, Isolation vom Wohnumfeld, vom Erfahrungs- und Erlebnisraum, vom Aneignungsraum etc.)

Burn-out wiederum entsteht üblicherweise, vereinfacht gesprochen, aufgrund übergroßer, andauernder beruflicher und/oder privater Belastungen. Burn-out wird aber auch dann umso wahrscheinlicher, wenn man keinen Ort hat, an dem man die sprichwörtlichen "inneren Batterien" wieder aufladen kann. Hier kommt Wohnen ins Spiel. Wenn Wohnung und Wohnumfeld geringe Qualitäten hinsichtlich Erholung und Regeneration aufweisen oder wenn im Gegenzug gar noch zusätzliche (häufig auch unterschwellige) Stressoren wirksam werden, dann wird Burn-out umso wahrscheinlicher.

o Konflikte in Familie, Partnerschaft, Nachbarschaft:

Im Alltag neigen wir häufig dazu, dem "Anderen" die Schuld für sein Verhalten zu geben, denn er/sie verhält sich ja "falsch", reagiert gereizt, ist gar aggressiv; oder kommt mir zu nahe, geht mir auf die Nerven; oder zieht sich zurück, meidet den Kontakt, verhält sich abweisend, spricht nicht mit mir etc. Dass daran auch räumliche Eigenschaften zumindest mitbeteiligt sein können, kommt uns kaum in den Sinn. Denn Räume sind doch einfach nur da und machen ja (scheinbar) nichts.

Aber all die angedeuteten Verhaltensmuster können (neben persönlichen Aspekten) auch damit zu tun haben,

... dass viele Wohnformen wenig stressreduzierend wirken, sondern tendenziell eher Gereiztheit fördern,

... dass (dauerhafte) Isolation sich häufig negativ auf Beziehungen auswirkt,

... dass viele Wohnungsgrundrisse eher trennungsfördernde, denn beziehungsfördernde Aspekte aufweisen,

<sup>7</sup> vgl. z.B.: Cacioppo & Patrick (2008), Newbury et al. (2016); Cacioppo et al. (2011) etc.

... dass viele Wohn- und Siedlungsstrukturen eher Konflikte oder Vermeidungsverhalten fördern anstatt ein positiv konnotiertes Nachbarschaftsgefüge u.a.m.

o Es gibt noch viele Themen zu erforschen, aber gemäß der aktuellen Forschungslage<sup>8</sup> deutet einiges darauf hin, dass viele weitere Störungsbilder zwar nicht nur, aber doch auch mit Wohn- und Wohnumfeldbedingungen zu tun, wie z.B. Entwicklungsstörungen bei Kindern, ADHS, Adipositas u.v.a. Auf all die Zusammenhänge näher einzugehen, würde den Rahmen dieses Beitrags sprengen.

## 2.2. Beispiel für WAP-Zusammenhänge: das Crowding-Isolations-Paradoxon

Dieses Paradoxon ist sehr weit verbreitet und meint, dass viele gängige Wohnbauformen sowohl Isolation als auch Crowding fördern – also paradoxerweise am selben Ort zugleich ein Zuwenig und ein Zuviel an sozialen Interaktionen.

Wenn Menschen vereinsamen, obwohl sie mitten unter Menschen leben, dann hat dies in erster Linie mit ungünstig konzipierten Wohn- und Siedlungsstrukturen zu tun. Wenn Wohnbaustrukturen eher Rückzugs- und Vermeidungsverhalten fördern - und darüber hinaus sogar generell die Interaktionsbereitschaft reduzieren - dann stellen diese nahezu klassische wohnpsychologische Fehlplanungen dar. Vor allem wenn sich einige Betroffene (insbesondere Kinder, alleinstehende oder ältere Personen) eigentlich nach mehr Kontakt sehnen.

Soziale Isolation zieht zahlreiche (bereits bekannte) Folgen für die persönliche Gesundheit, die individuelle Entwicklung als auch für die Gesellschaft insgesamt nach sich.<sup>9</sup>

Was bedeutet Crowding eigentlich?<sup>10</sup>

Crowding ist nicht gleich hohe Personendichte. Sondern Crowding entsteht, wenn ich die sozialen Interaktionen nicht regulieren (= selbst bestimmen) kann. Es geht also mit Gefühlen des Kontrollverlustes einher. Diese Bedürfnisse nach sozialer Regulation, Selbstbestimmung und Kontrolle erweisen sich nicht überall als gleich stark. Sie sind im Privaten am stärksten ausgeprägt. Diese Bedürfnisse stellen aus wohnpsychologischer Sicht sogar ein Wesensmerkmal der privaten Zone dar. Daher ist auch Crowding eher beim Wohnen ein Thema denn bei öffentlichen Plätzen oder in Lokalen, wo ich gewöhnlich wesentlich mehr Menschen begegne.

An dieser Stelle sei ein Beispiel für eine nahezu typische raumbedingte Crowdingsituation dargelegt:

Unmittelbar vor der eigenen Wohnungstür führt ohne Zwischenzone eine Verkehrsfläche vorbei (Gang, Treppe). Das bedeutet im Regelfall: Wenn ich beim Öffnen der Wohnungstür nicht weiß, ob und wer sich gerade davor aufhält, dann stellt dies eine Situation dar, die sich durch Kontrollverlust kennzeichnet. Es bildet gleichsam eine potentielle Crowdingsituation. Eine solche zieht häufig Vermeidungsverhalten nach sich. Ich gehe nur nach draußen, wenn ich ein Ziel habe. Und es fördert eher Rückzugs- und Abschottungsverhalten. Die Wohnungstür bleibt meist geschlossen und zugesperrt. All dies reduziert (indirekt) auch die Interaktionsbereitschaft. Es fördert tendenziell die Isolation, selbst wenn ich dies eigentlich gar nicht in diesem Ausmaß möchte.

Solche Settings sind derart weit verbreitet, dass wir sie (fast) für normal halten. Die Planung wird immer noch größtenteils vom funktionalen Denken dominiert. Man reiht Wohneinheiten über- und nebeneinander und verbindet diese dann mit den notwendigen Verkehrswegen. Die Erschließungszone hat hier nur eine Aufgabe: eine möglichst kurze und logische Verbindung von A nach B herzustellen. Das ist zwar durchaus in Ordnung, doch aus sozialpsychologischer Sicht hätte ein Erschließungssystem eine fast noch bedeutsamere Funktion. Es bildet gleichsam das Rückgrat des Sozialgefüges und kann somit in seiner Bedeutung für die Themen Nachbarschaft, soziale Interaktion oder Isolation kaum überschätzt werden.

8 vgl. z.B.: Newbury et al. (2016); Bonaiuto & Alves (2012); Gifford (2007b); Fiedler & Herpertz (2016); Hammer & Plößl (2020); Korpela (2002); Newbury et al. (2016); Pinker (2014); Vorderholzer & Hohagen (2022); Wagner (2021); Harloff et al. (2010) etc.

9 Vgl. z.B.: Pinker (2014); Cacioppo (2011); etc.

10 vgl. z.B.: Richter (2008); Cording (2007); Gifford (2007) etc.

### 2.3. Beispiel 2: Thema Erholungsqualitäten

Das zweite einfache Beispiel zur Verdeutlichung von WAP-Zusammenhängen dreht sich um die Frage: Was wäre eigentlich die Hauptfunktion eines Balkons?

Aus wohnpsychologischer Sicht lautet die Antwort: Erholung und Entspannung. Warum?

Weil wir uns im Freien – sofern das Ambiente passt und das Setting die richtigen Eigenschaften aufweist - wesentlich besser erholen und entspannen können als in Innenräumen. Das hat vor allem geirnhysiologische Gründe.<sup>11</sup> Dies im Detail zu erklären, würde zu weit führen, aber verkürzt dargelegt: Im Freien werden wesentlich mehr unterschiedliche neuronale Gruppen im Gehirn stimuliert als in Innenräumen; und je mehr neuronale Gruppen über unsere Sinnesorgane stimuliert werden desto höher im Regelfall der Erholungseffekt.

Innenräume wirken auf Dauer so gut wie immer deprivativ. Der Erholungseffekt ist meist nur ein vergleichsweise kurzer, selbst bei angenehmen Ambiente. Über kurz oder lang (nach ein paar Stunden) treten erste Deprivationssymptome<sup>12</sup> auf wie: innere Unruhe, leichtes Unwohlsein - ohne einen konkreten Grund nennen zu können, manchmal auch Gereiztheit, abnehmende kognitive Leistungsfähigkeit, körperliche Beschwerden werden tendenziell stärker spürbar usw.

Das kennen wir alle, aber die Ursachen sehen wir selten in den Räumen. Warum auch? Die Räume sind doch in Ordnung, die Raumtemperatur ist angenehm, die Möbel bequem, etc. - ein typisches Beispiel für Wirkmechanismen auf unbewusster Ebene.

Freiflächen hätten also eine wichtige Funktion: die Vermeidung sensorischer Deprivation und damit die Förderung von Erholung und Entspannung. Zurück zu den Balkonen. Nun gibt es Aspekte, die einer Entspannung entgegenwirken und eher Anspannung fördern. Dazu gehört beispielsweise der sogenannte being-on-stage Effekt<sup>13</sup> (oder Bühneneffekt), der das Gefühl, unter Beobachtung zu stehen, bezeichnet. Ein solcher geht stets mit einer gewissen inneren Anspannung einher. Dies kann zwar als anregend empfunden werden, wenn man es gerade möchte, einer Entspannung wirkt es allerdings diametral entgegen. Wenn wir einen Blick in die gebaute Umwelt richten, so erkennen wir, dass viele Balkone einen nahezu klassischen Bühnencharakter aufweisen.

Auch hier spielt der Faktor Zeit eine Rolle. Wir spüren das noch nicht unbedingt im ersten Moment beim Betreten eines Balkons. Kurzfristig kann auch ein Bühnenbalkon positive Effekte bewirken. Man ist im Freien, genießt die Aussicht, die frische Luft etc. Auch das geht mit einem gewissen Erholungseffekt einher. Doch der hält nicht lange an (meist nur die typische Zigarettenlänge). Permanent das Gefühl zu haben, unter Beobachtung zu stehen bzw. auf einer Bühne zu sein, führt über kurz oder lang immer zu Unwohlsein oder Stressreaktionen und meist auch zu Rückzugsverhalten.

### 3. Zum zweiten Hauptproblem

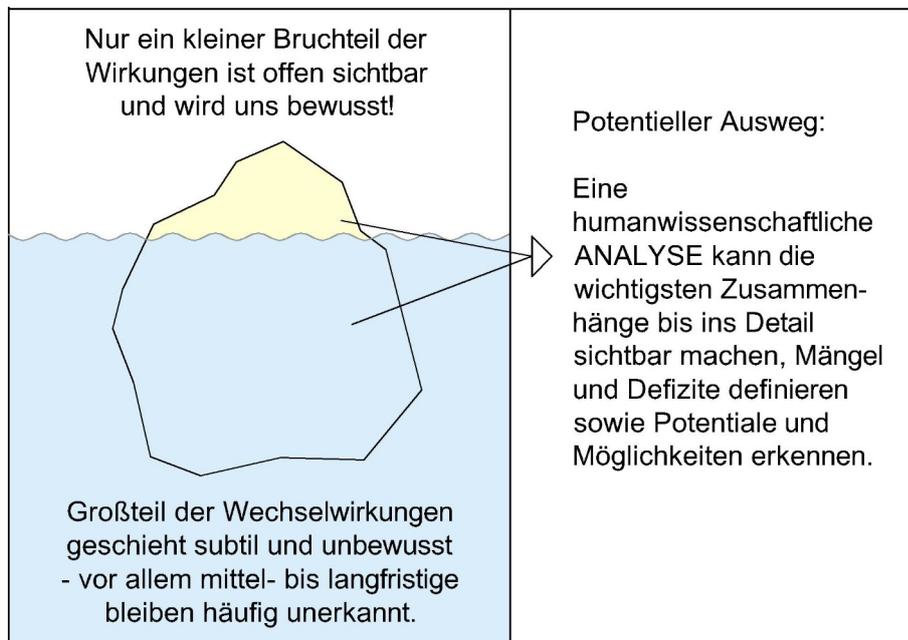
Ein Großteil der Wirkmechanismen vollzieht sich auf unbewussten Wegen. Das Eisberg-Schema wird in der Psychologie gerne verwendet, um die Anteile zwischen bewussten und unbewussten Prozessen zu repräsentieren. Ähnliches gilt für die Wirkung der gebauten Umwelt auf den Menschen. Wir sind uns nur eines Bruchteils der Wirkungen bewusst - diesen nehmen wir wahr, darüber können wir auch Auskunft geben. Der Großteil vollzieht sich jedoch auf unbewussten Wegen.

---

11 Vgl. Edelman & Tononi (2004); Sale (2016)

12 Vgl. Zubek (1969)

13 Vgl. Flade (2006)



### *Eisberg-Schema: Verhältnis zwischen bewussten und unbewussten Anteilen*

Dies spiegelt u.a. ein Hauptproblem bei Umfragen wider. Wenn man beispielsweise Leute fragt, was sie brauchen würden, was ihnen gut tun würde oder wie ihre eigenen Räume auf sie wirken, dann erfährt man maximal einen kleinen Anteil. Der Großteil der Wirkungen ist mittels Befragungen nicht oder nur bruchstückhaft eruierbar. Aber er ist mittlerweile mit wissenschaftlichen Methoden erfassbar - zwar noch lange nicht vollständig, aber größtenteils. Und das sollte man nutzen, wenn man positive Effekte generieren möchte.

### **3.1. Resignative Zufriedenheit und emotionale Ortsbindung**

Eine der größten **Fehlannahmen** lautet folglich: Wenn Leute sich bewusst für eine Wohnung oder Wohnform entscheiden, dann würde sich diese nicht allzu negativ auf sie auswirken, denn sonst würden ja die Betroffenen diese Wohnung freiwillig nicht auswählen.

Abgesehen davon, dass die wenigsten freie Wahlmöglichkeiten haben bzw. dass man vielfach nur die Wahl zwischen Ähnlichem hat, wäre Folgendes zu bedenken: Das meiste spürt eine Person nicht bei der ersten Besichtigung einer Wohnung. Bei einer solchen erkennt man maximal einige Nutzungsmöglichkeiten und spürt im Prinzip nur die direkte affektive Wirkung (Raumstimmung, Ambiente o.dgl.). Analoges gilt für schöne Pläne und Schaubilder. Vor allem die langfristigen Wirkmechanismen sind nicht im Vorhinein spürbar. Jedoch wirken Räume ständig, kontinuierlich und häufig unterschwellig auf uns ein. Über kurz oder lang merken die Betroffenen selbst, dass es ihnen nicht ganz gut geht, dass etwas nicht passt, können es aber nicht immer oder nur teilweise benennen.

Manche Faktoren sind klar wahrnehmbar und benennbar, wie z.B. Lärm; andere jedoch sehr komplex und vielschichtig – wie z.B. Settings, die Regeneration beeinträchtigen oder auf Dauer Gereiztheit fördern etc.

Eine Exponiertheit kann Wochen, Monate, Jahre dauern. Zu Beginn wird es häufig nicht wahrgenommen oder verdrängt, aber irgendwann beginnen dann viele, nach etwas anderem Ausschau zu halten.

Viele finden sich aber auch damit ab, weil sie nichts anderes finden oder es sich nicht leisten können. Sogenannte **resignative Zufriedenheit** entsteht. D.h. sie äußern dann bei Befragungen sogar Zufriedenheit. Das ist eine der häufigsten Täuschungen bei Umfragen, die zur Fehlannahme verleitet, es würde alles passen.

Manchmal verteidigen sie sogar ihre Wohnform gegenüber Kritik, versuchen sie schön zu reden. Auch ein Merkmal der resignativen Zufriedenheit einerseits und einer emotionalen Ortsbindung andererseits. Eine solche entsteht in erster Linie durch Personalisierungsprozesse. Indem ich z.B. eine Wohnung gestalte, entsteht zugleich auch eine emotionale Beziehung zum Gestalteten, ich beginne mich nach und nach mit dem zu identifizieren, als

zur eigenen Person gehörig zu betrachten. Kritik an der Wohnform generell wird dann nicht selten wie Kritik an der eigenen Person empfunden und abgewehrt. Solche Zusammenhänge sollte man wissen, sonst zieht man falsche Rückschlüsse!

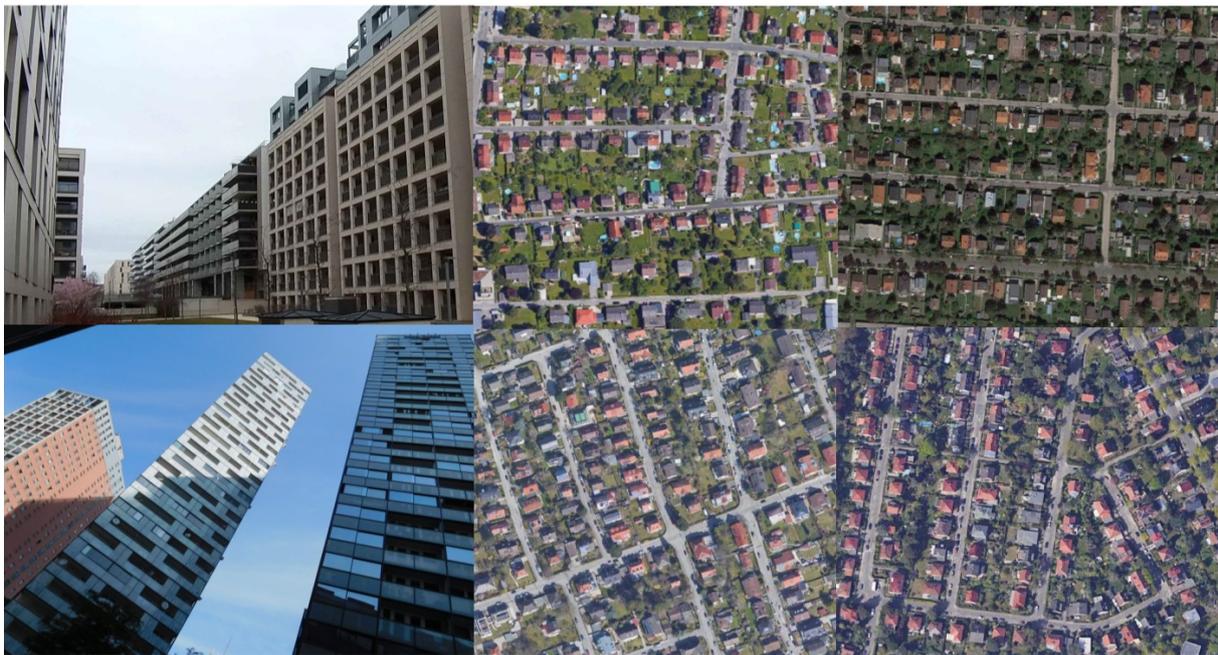
Viele Menschen fühlen sich (insgeheim) von anderen Wohnformen angezogen, weil sie sich von diesen die Erfüllung von mehr Bedürfnissen erhoffen. Je mehr (finanzielle) Möglichkeiten ihnen offenstehen, desto eher erlauben sie sich, solche Wunschgedanken auch zu artikulieren.

Das klassische EFH (Einfamilienhaus) bildet eine typische Projektionsfläche. Dort wäre man dann (quasi wie in der Werbung) glücklich und zufrieden, die Beziehung funktioniert, die Kinder haben Freiräume, man kann sich gut erholen, man hat genügend Platz für alles etc. Viele ziehen dann auch in ein EFH, sobald sich die Gelegenheit ergibt bzw. sie es sich leisten können.

#### 4. Kompensationsformen - Haupttriebfeder für mehr Bauten und Zersiedelung

Eine Haupttriebfeder für die Zersiedelung bilden folglich suboptimale Wohnbauformen in Städten. Manche Verantwortliche glauben, sie machen etwas gegen die Zersiedelung und Flächenverbrauch durch massive Verdichtungen. Dies stellt jedoch bei eingehender Betrachtung in den meisten Fällen einen vordergründigen Trugschluss dar, denn sie bewirken damit über Umwege nicht selten das genaue Gegenteil. Wenn zentrale menschliche Bedürfnisse – in diesem Fall solche mit Wohn- oder Habitatsbezug - unerfüllt bleiben, so generiert dies stets (ob unbewusst oder bewusst) Kompensationsverhalten in unterschiedlicher Form.

Wunsch nach **Kompensation Variante 1**: Das EFH als Projektionsfläche für das "glückliche Leben".



Quelle: [www.google.at/maps](http://www.google.at/maps)

*Symbolfotos: Kompensation Variante 1*

Als defizitär erfahrene Wohnbauten führen häufig zum Wunsch nach einem Zweitwohnsitz außerhalb der Stadt oder zum gänzlichen Umzug in sogenannte Speckgürtel rund um große Städte. Nicht nur das, sie fördern damit meist zusätzlich das Verkehrsaufkommen (von den Speckgürteln in die Stadtzentren).

Wunsch nach **Kompensation Variante 2**: Freizeitfluchtverhalten.

Je mehr Mängel eine Wohnung samt Umfeld aufweisen (Erholungsqualität, Isolationsgrad auf allen Ebenen etc.), desto häufiger "flüchten" Betroffene in ihrer Freizeit aufs Land oder sonst wo hin.

Wo verbringen beispielsweise Bewohnende eines bestimmten Wohnquartiers das Wochenende?<sup>14</sup>

In einem Hochhaus verbringen häufig mehr als 70% die Zeit außerhalb der eigenen Wohnung bzw. Siedlung. Sie "flüchten" gleichsam, meist mit dem Auto irgendwo hin. Dies kann auch als Symptom für deprivative Habitate gesehen werden. Denn in einer durchgrünten Siedlung mit vielen Freiflächen ist das Verhältnis häufig genau umgekehrt: mehr als 70% verbringen die Freizeit zuhause in der eigenen Siedlung.

Aus wohnpsychologischer Sicht kann eine Wohnsiedlung dann als gelungen bezeichnet werden, wenn man sich vorstellen kann, darin auch eine Woche Urlaub zu verbringen. Auch dies hätte eine ökologische Wirkung.

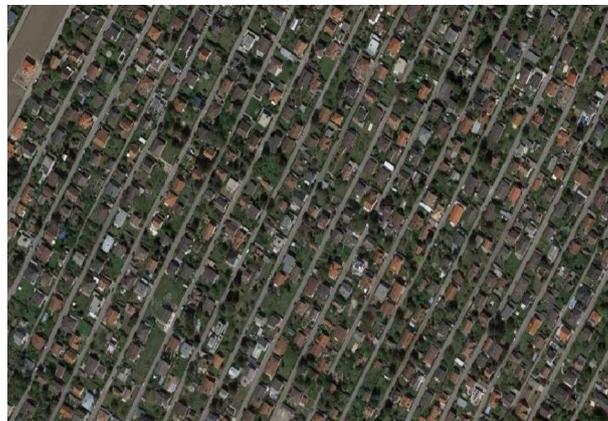


Quelle: [www.google.at/maps](http://www.google.at/maps)

*Symbolfotos: zum Freizeitfluchtverhalten*

Wunsch nach **Kompensation Variante 3: Schrebergärten**

Eine kleine Grünoase kann (zumindest in vielen Fällen) unerfüllte Bedürfnisse nach Gestaltung, Entfaltung, Entspannung, Naturkontakt und eventuell auch Sozialkontakt erfüllbar werden lassen.



Quelle: [www.google.at/maps](http://www.google.at/maps)

*Symbolfotos: Kompensation Variante 3, Schrebergärten*

Ergänzend sei erwähnt, dass es bei als defizitär erlebten Habitaten noch viele andere Arten der Kompensation geben kann, z.B.:

**Kompensation Variante 4:** Flucht oder vermehrter "Aufenthalt" in virtuellen Welten, z.B. Medienkonsum, TV, Internet, Computerspiele, Social Media etc.<sup>15</sup>

**Kompensation Variante 5:** Man verbringt viel Zeit außerhalb der Wohnung, z.B. im Büro, in diversen Freizeiteinrichtungen, in Gaststätten oder anderswo.

## Motive für Wohnortwechsel

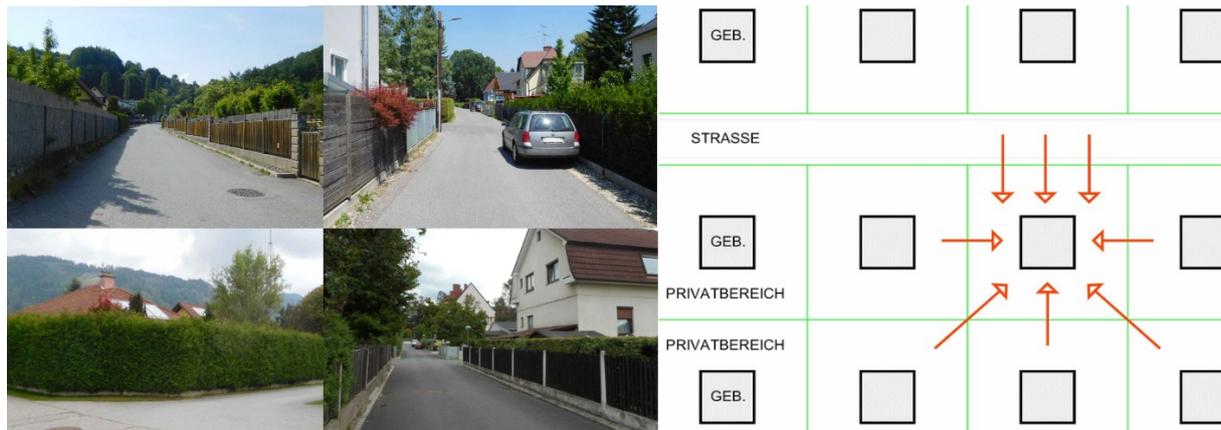
<sup>14</sup> Quelle: Seiss (2015)

<sup>15</sup> vgl. Flade (2017)

Warum ziehen Leute dann in die Stadt? Die Hauptmotive sind schnell aufgezählt: Nähe zur Ausbildungsstätte, Nähe zum Arbeitsplatz, Nähe zu gewerblichen und sonstigen Angeboten, nicht selten auch der Wunsch nach mehr Sozialkontakten.

### 5. Die "klassische" EFH - Siedlungsstruktur

Hinzu kommen noch die Schwächen des EFH. Es bildet die aufwändigste Wohnform - sowohl bezüglich der Instandhaltung (Putzen, Reparaturen, Pflege von Haus und Garten etc.) als auch in verkehrstechnischer Hinsicht (lange Wege zu fast allem, zahlreiche Taxidienste für Kinder etc. Die meisten Familien benötigen mehr als einen PKW). Meist wird auch eine defizitäre, isolationsfördernde Siedlungsstruktur erkennbar. Privatfläche grenzt an Privatfläche, dazwischen eine Erschließungsstraße. Es gibt also außerhalb der Privatgrundstücke - im Regelfall - nur Verkehrsflächen, aber keine Aufenthaltsbereiche, keine sozialen Interaktionsräume für unterschiedliche Altersgruppen, keine Erfahrungs- und Erlebnisräume für Kinder, keine aneignbaren Bereiche außerhalb des Grundstücks etc.



Symbolfotos und Schema: "klassische" EFH-Siedlungsstruktur

### Viel Privatfläche – wenig Privatheit

Ein weiterer Schwachpunkt kommt derart zahlreich vor, dass er als Paradebeispiel bezeichnet werden kann: Grundstück und Haus sind häufig von allen Seiten her einsehbar (von den Nachbargrundstücken und der Straße) und damit auch kontrollierbar. Es stellt sich also relativ rasch das Gefühl ein, von den Nachbar/inne/n oder Passant/inn/en beobachtet (= kontrolliert) zu werden, selbst wenn diese das gar nicht direkt beabsichtigen.

Privatheit allerdings kennzeichnet sich u.a. gerade durch die Abwesenheit von Fremdkontrolle. Wir haben es hier - bei der dargestellten typischen EFH-Siedlungsstruktur - mit der paradoxen Situation zu tun, dass diese zwar relativ viel Privatfläche, aber wenig Privatheit bietet.

Eine Beeinträchtigung der Bedürfnisse nach sozialer Regulation und Privatheit zieht stets in irgendeiner Form sogenanntes Reaktanzverhalten nach sich wie: Abschottungsverhalten, z.B. hohe Hecken an der Grundgrenze und dergleichen; Vermeidungs- und Rückzugsverhalten: zu exponierte Bereiche werden für Langzeitaufenthalte eher gemieden oder man hält sich dort kürzer auf als man eigentlich möchte. Zusätzlich erweisen sich zu exponierte Bereiche als wenig entspannungsfördernd, sondern eher dessen Gegenteil. Der genannte being-on-stage Effekt kann auch hier wirksam werden. Dieser geht, wie erwähnt, stets mit einer gewissen inneren Anspannung einher. Und dies alles reduziert (unterschwellig) auch die Kontaktbereitschaft. Der Nachbar / die Nachbarin wird häufiger als Kontrollorgan und somit als potentielle Beeinträchtigung wahrgenommen, jedoch seltener als willkommene Bereicherung. Viele wünschen sich eher mehr Distanz. Es gibt immer Ausnahmen, aber in vielen Fällen wirkt eine EFH-Siedlungsstruktur tendenziell mehr isolationsfördernd denn gemeinschaftsfördernd (wonach sich insgeheim viele sehnen). Wenn man nicht das Glück hat, sich mit den unmittelbaren Nachbarn gut zu verstehen, kann dies schnell eine sehr isolierende und manchmal auch konfliktfördernde Wohnform werden.

**Analoge Motivationen:** Das bedeutet, es sind (paradoxe) teils ähnliche Motive, die Leute dazu bewegen in die Stadt oder umgekehrt aufs Land bzw. in die Vororte zu ziehen: Angst vor Vereinsamung bzw. Mangel an Sozialkontakten (insbesondere für Kinder, alleinstehende und ältere Personen); räumliche Isolation auf unterschiedlichen Ebenen; geringere Erholungsqualitäten als erhofft, sondern eher zusätzliche Belastungen unterschiedlicher Art.

Das Pendel schwingt also hin und her zwischen zwei meist als defizitär erlebten Wohn- und Siedlungsformen. Einige, die es sich leisten können, legen sich sogar 2 Wohnsitze zu: eine Wohnung in der Stadt und ein Haus am Land. In Kombination könnten sie - so die Hoffnung - mehr Wünsche und Erwartungen erfüllen. Aber eigentlich, wenn man genauer hinsieht und etwas kritischer reflektiert, passt als Dauerwohnsitz häufig keiner von beiden wirklich gut.

## 6. Das Dilemma mit den Leitideen

Wie wir gesehen haben, bauen die meisten Wohnbau- und Siedlungsformen nicht auf humanwissenschaftlichen Erkenntnissen auf. Sonst würden sie schlichtweg anders aussehen.

Dies bedeutet zugleich, dass Städtebau, Raumplanung und Siedlungswesen sehr anfällig sind für Trends und Leitideen. Sie folgen bestimmten Vorstellungen, Ideologien, Hypothesen oder schlichtweg Planungsgewohnheiten.

Wie beispielsweise das erwähnte EFH-Siedlungskonzept: voller Defizite, aber die Raumplanung macht meist weiter wie gewohnt. Leitidee: man gibt jedem sein Grundstück und sorgt dafür, dass sie mit dem Auto hinkommen.

Oder städtebauliche, wohnbaubezogene Leitideen und Hypothesen: Bauen in die Höhe, damit am Grund mehr Fläche für alle bliebe; eine hohe Verdichtung würde der Zersiedelung vorbeugen; Menschen würden sich schon an bestimmte Wohnformen (samt Defiziten) gewöhnen; wenn Menschen freiwillig in eine Wohnung ziehen oder wenn ein Gebäude voll belegt ist, dann muss dieses im Prinzip ganz okay sein; wenn Menschen Zufriedenheit äußern, dann wäre alles in Ordnung; usw. Man könne also in der Planung beruhigt so weitermachen wie gewohnt.

### 6.1. Beispiel für eine städtebauliche Leitidee

Wenden wir uns einer verbreiteten Leitidee des aktuellen Städtebaus zu, die sich vereinfacht gesprochen ungefähr so darstellt: eine hohe bauliche Verdichtung auf der einen Seite, damit auf der anderen - quasi als Ausgleich - großzügige Freiflächen für alle verfügbar wären und/oder damit irgendwo mehr Natur (Parks) übrig bliebe. Eine kurze Analyse dazu:

#### **Erster Punkt: mangelhafte Zonierung**

Die unmittelbaren Außenbereiche im EG bestehen in vielen Fällen größtenteils aus öffentlichen Zonen. Sie sollen ja auch für alle zugänglich sein.



*Symbolfotos: EG als gänzlich öffentliche Zone*

Halböffentliche und gemeinschaftliche Bereiche fehlen häufig. Diese haben jedoch in mehrfacher Hinsicht eine besondere Bedeutung. Sie bilden die bevorzugten sozialen Interaktionsräume (sofern sie richtig konzipiert sind). In öffentlichen Zonen begegnet man gefühlt ständig Fremden. Man ist dann gleichsam automatisch etwas vorsichtiger und

zurückhaltender. In halböffentlichen oder gemeinschaftlichen Zonen begegnet man hingegen (gefühl) Nachbarn oder Besuchern. Das macht einen Unterschied hinsichtlich der Kontaktbereitschaft als auch hinsichtlich des Sicherheitsempfindens. Eltern lassen dann beispielsweise ihre (kleineren) Kinder viel eher allein draußen spielen. Dies entlastet zum einen die Eltern selbst (reduziert den Betreuungsaufwand, reduziert auch Konfliktwahrscheinlichkeit, Gereiztheit etc.) und es fördert zum anderen die persönliche Entwicklung von Kindern. Diese brauchen einen Erlebnis- und Erfahrungsraum, den sie eigenständig erkunden können, wo sie auch mit anderen spielen können etc. Und zum Dritten bilden halböffentliche oder gemeinschaftliche Zonen (sofern diese richtig konzipiert sind) jene Bereiche, zu denen die Anwohnenden die stärkste emotionale Ortsbindung aufweisen. Wenn dies gelingt, dann zieht dies weitere positive Konsequenzen nach sich: das Verantwortungsgefühl ist etwas höher, sie geben automatisch etwas mehr Acht auf ihr Umfeld, weil sie es eben als "ihr" Wohnumfeld empfinden. Die Bereitschaft zur sozialen Kontrolle ist höher, was im Gegenzug die Wahrscheinlichkeit für Incivilities aller Art reduziert (wie Vandalismus, Diebstahl etc.). Letztendlich wirkt sich all dies auch positiv auf das Sicherheitsempfinden aus, was wiederum Aneignungs- und Interaktionsprozesse fördert. Es entsteht hier folglich (sofern die räumlichen Eigenschaften passen) ein positiver Rückkopplungseffekt. Besteht ein Wohnumfeld allerdings ausschließlich aus öffentlichen Flächen, ist mit solchen Effekten nicht zu rechnen. Es stellt also eine der wichtigsten wohnpsychologischen Empfehlungen dar, halböffentliche und gemeinschaftliche Zonen zu etablieren - und zwar in unmittelbarer Nähe zu den Wohnungen. So ist es beispielsweise zwar schön und gut, wenn es öffentliche Parks gibt, aber auch diese bilden keinen vollständigen Ersatz für ein funktionierendes Wohnumfeld.

### **Zweiter Punkt: Deprivation und Isolation**

Vielgeschoßige Bauten, die nur Wohneinheiten über- und nebeneinander stapeln, fördern Deprivation. Und zwar nicht bloß die soziale Deprivation, sondern auch die sensorische Deprivation, die Isolation von der Natur, die aneignungsbezogene Deprivation, die Isolation vom Erfahrungs- und Erlebnisraum etc.

Dies fördert auf längere Sicht u.a. nicht nur die Entstehung von Depressionen oder Burn-out, sondern auch – ob bewusst oder unbewusst – Fluchtverhalten.

Wichtig: Das heißt nicht, dass Menschen, die dort wohnen, automatisch und sofort depressiv werden oder flüchten. Aber es erhöht die Wahrscheinlichkeit, dass solche Konsequenzen irgendwann eintreten können. Dies hat auch nicht unbedingt etwas damit zu tun, ob sich Menschen in ihren Wohnungen wohl fühlen. Das kann durchaus der Fall sein, wenn diese nett eingerichtet ist und man angenehme Mitbewohner/innen hat etc. Und wenn man den Großteil des Tages außer Haus verbringt, wird die Isolation auch kaum spürbar oder kann kurzfristig sogar als angenehm empfunden werden.

Daher lassen wir uns gerne auch täuschen: kurzfristig kann Isolation oder Deprivation auch entspannungsfördernd wirken – insbesondere nach einem stressreichen oder ereignisreichen Tag mit vielen Sozialkontakten etc. Aber bei einem längeren Aufenthalt (mehrere Tage oder Wochen) werden die Deprivationssymptome unweigerlich spürbar.



Symbolfotos: *Deprivative Strukturen*

## 7. Perspektiven und Lösungsansätze: Was bräuchte es?

Es braucht vor allem mehr Wohnbau-/Siedlungsformen, die sich an humanwissenschaftlichen Erkenntnissen<sup>16</sup> orientieren. Dazu zählen, neben bereits genannten Aspekten, beispielsweise auch folgende:

### 7.1. Aufheben der Trennung Stadt-Natur

Die unselige Trennung zwischen Stadt und Natur, die wir vielerorts sehen, meint: hier dichte Bebauungen, dort ein Stück Natur, so als wären es Gegensätze, die miteinander nicht vereinbar wären.

Stattdessen sollten Stadtquartiere oder Wohnsiedlungen selbst zur Natur werden.

Der Mensch war aus evolutionärer Sicht immer Teil der Natur. Es gibt bereits unzählige Forschungsergebnisse, die einerseits die vielfältigen positiven Wirkungen von Natur, Naturkontakt und Naturwahrnehmung dokumentieren und andererseits die negativen bei einer Trennung von der Natur belegen.<sup>17</sup> Die aktuelle Forschungslage ist bereits derart prägnant, dass die Einbindung von Natur sogar gesetzlich vorzuschreiben wäre - insbesondere beim Wohnbau. Alles andere müsste eigentlich als grob fahrlässig bezeichnet werden.

<sup>16</sup> siehe z.B. Kopec (2018); Flade (2008); Richter (2008); Deinsberger-Deinsweger (2016) ; Zeisel (2006); Gutman (2009) und viele andere

<sup>17</sup> vgl. z.B.: Flade (2010); Wells & Rollings (2012); Ulrich (1984); Kaplan, S. (1995); Kaplan, R. (2001); Maas et al. (2009) und viele andere



*Symbolfoto: Wohnsiedlung mit moderater Verdichtung, viel Naturwahrnehmung und reichlich aneignbaren Freiflächen. Quelle: [www.bing.com/maps](http://www.bing.com/maps)*

## 7.2. Rechenbeispiel zum Thema Leitideen & Wahnideen

Von der Leitidee zur Wahnidee ist es meist nur ein Schritt. Wahnideen entstehen, wenn man Leitideen für real hält (ähnlich einem Naturgesetz) und nicht bloß als das, was sie sind – als selbstgemachte Vorstellungen. Und wenn Leitideen eine enorm weite Verbreitung erlangen, dann werden sie gleichsam für "normal" gehalten und kaum mehr hinterfragt.

Beispiele dafür wären der Verdichtungswahn (häufige Leitidee des städtischen Wohnbaus) auf der einen Seite und der Zersiedlungswahn (nach wie vor häufige Leitidee der ländlichen Raumplanung) auf der anderen Seite.

Während eine höhere vorgeschriebene Bebauungsdichte bei einer EFH-Struktur meist nur dazu führt, dass die Häuser samt Garagen größer werden - weil eben bescheidene Häuschen die Dichte unterschreiten würden, sieht es beim städtischen Wohnbau anders aus.

Dazu ein kleines Rechenbeispiel, das zum Nachdenken anregen soll:

Bei Wohnungen liegt laut Statistik Austria<sup>18</sup> die durchschnittliche Wohnfläche pro Person bei rund 40m<sup>2</sup>. Nehmen wir an, wir wollten eine moderate Verdichtung von 0,8 (ähnlich dem Symbolbild oben). Nehmen wir weiter an, es gäbe pro Person zusätzlich rund 25m<sup>2</sup> Gemeinschaftsflächen (Erschließungsflächen wie Gänge, Gemeinschaftsräume etc.) und addieren wir für Konstruktion etc. noch rund 30% hinzu, dann kommen wir auf eine Bruttofläche von rund 84,5m<sup>2</sup>/Person ( $(40\text{m}^2 + 25\text{m}^2) \times 1,3 = 84,5$ ).

Wie groß müsste dann ein Wohngebiet für 10 Mio. Menschen sein - also für die Gesamtbevölkerung Österreichs plus ein paar Reserven?

Bei einer Dichte von 0,8 ergibt dies eine Grundfläche von rund 106m<sup>2</sup>/Person ( $84,5 : 0,8 = 105,625\text{m}^2$ ). Multipliziert mit 10 Mio. kommt man auf eine Fläche von etwas über 1000km<sup>2</sup> (1056,25km<sup>2</sup>). Zum Vergleich: das Weinviertel hat rund 4900km<sup>2</sup>.

Natürlich, es kämen noch Verkehrsflächen, Gewerbeflächen, Schulen und alles andere hinzu, und es sei ausdrücklich erwähnt, dass dies keinen konkreten Bebauungsvorschlag darstellt. Aber um den Gedanken zu Ende zu führen: Man bräuchte **weniger als 1,3%** der Fläche Österreichs für eine qualitätsvolle Wohnbebauung für 10 Mio. Menschen mit viel Natur und integrierten Grünflächen. Und wohlgermerkt, das wären eben keine hochverdichteten Stein- und Betonwüsten, sondern **durchgrünte Siedlungsgebiete** mit reichlich Freiflächen (ähnlich obigen Symbolbild), in welchen humane Qualitäten leichter umsetzbar wären.

Nochmals, das ist natürlich keine komplett umsetzbare Siedlungsvision, aber eine Empfehlung in welche Richtung Wohnbebauungen gehen könnten, um dem Verdichtungs- wie Zersiedlungswahn samt negativen Konsequenzen entgegenzuwirken.

18 Quelle: [www.statistik.at/statistiken/bevoelkerung-und-soziales/wohnen/wohnsituation](http://www.statistik.at/statistiken/bevoelkerung-und-soziales/wohnen/wohnsituation)



*Symbolfotos: Wohnsiedlungen mit Naturwahrnehmung und besserer Zonierung*

Die gezeigten Beispiele sind allesamt noch lange nicht perfekt, sondern symbolische Darstellungen. Sie stammen von geförderten sozialen Wohnbauprojekten mit moderaten Preisen, stellen also keine teuren Luxusprojekte dar. Qualität war und ist immer möglich, da sie primär vom humanen Know-how abhängt. Die verbreitete Vorstellung: je teurer desto besser (samt Umkehrschluss), kann aus wohnpsychologischer Sicht nicht generell bestätigt werden.

**7.3. Qualität statt Kubatur**

Die zweite Empfehlung lautet: Wenn man Qualitäten haben will, sollte man auch Qualitäten einfordern und nicht starre Baukubaturen wie bei vielen Bebauungsplänen üblich (Länge, Höhe, Breite etc.). Die Architekt/inn/en, die jene Gebäude planen müssen, haben dann häufig mit Vorgaben zu kämpfen, die an zentralen humanwissenschaftlichen Qualitäten vorbeigehen oder diesen sogar zuwiderlaufen.

Siedlungen mit moderater Verdichtung können am ehesten die Zersiedelung stoppen, weil sie in der Lage ist, teilweise sogar höhere Qualitäten zu bieten als eine klassische EFH-Siedlung.

In solchen wird es leichter möglich, zentrale Wohnbedürfnisse zu erfüllen, beispielsweise :

- soziale Interaktionsräume für alle Altersgruppen, die tatsächlich funktionieren
- reichlich Naturwahrnehmung: dies kann nicht nur die Erholungsqualitäten erhöhen und Gereiztheit reduzieren, sondern auch die Interaktionsbereitschaft erhöhen etc.
- reichlich Freiflächen mit halböffentlichem oder gemeinschaftlichem Charakter - samt all den damit verbundenen positiven Konsequenzen (*siehe oben*)
- reichlich aneignbare Räume für alle Altersgruppen,
- Erfahrungs- und Erlebnisräume, die Kinder auch eigenständig erkunden können
- und anderes mehr ...

Bei Projekten mit höherer Dichte wird es schwieriger, aber nicht unbedingt unmöglich. Je kompakter eine Wohnbebauung sein soll, je weniger Platz oder Geld zur Verfügung steht,

desto bedeutsamer wird es, Entwürfe auf humanwissenschaftlichem Know-how aufzubauen. Ohne dieses Wissen geht man schlichtweg höhere Risiken ein.

#### **7.4. Resümee 1: Humane Qualitäten reduzieren Risiko und Kosten**

Wohnbauten und Siedlungen, die zentrale menschliche Bedürfnisse missachten, fördern Beeinträchtigungen unterschiedlichster Art - gesundheitliche, soziale, entwicklungspsychologische etc.<sup>19</sup> Wenn humanwissenschaftliche Erkenntnisse die Basis bilden, dann sind die zu erwartenden Effekte auf das menschliche Wohlergehen logischerweise positiver Natur.

Die wichtigsten Wirkungszusammenhänge sind großteils bereits **bei Planungskonzepten analysierbar** und damit auch vorhersehbar. Dies stellt wahrscheinlich den größten Nutzen des Know-hows dar. Man muss heutzutage keine Experimente mit ungewissem Ausgang eingehen, wenn man neue, bessere Qualitäten entwickeln möchte.

Enorm hilfreich wäre eine professionelle Einbindung von humanwissenschaftlichem Know-how gleichsam projektbegleitend bei (Um-)Bauvorhaben - ähnlich wie man auch bauphysikalisches Wissen systematisch einbindet. Dies garantiert die bestmögliche humane Qualität unter den jeweiligen Rahmenbedingungen.

Wie bereits angedeutet, muss das nicht unbedingt zu Mehrkosten führen. Langfristig kann in vielen Fällen sogar mit Kosteneinsparungen gerechnet werden. Bei überprüfter Qualität treten schlichtweg weniger wohnpsychologische "Bauschäden" auf: geringere Wahrscheinlichkeit für Incivilities, Vandalismus, Einbruch, Leerstände, Reaktanzverhalten, Selbstverbarrikadierungen, Konflikte und Beschwerden, geringere Gesundheitskosten und anderes mehr.

Nebenbei bemerkt: Dieses verfügbare wohnpsychologische Know-how könnte man auch nutzen, wenn es um das Thema Revitalisierung oder Attraktivierung von kleinen Orten geht (Leerstandsbekämpfung etc.). Zumindest würde dies die Erfolgchancen erhöhen.

#### **7.5. Resümee 2 : Humane Nachhaltigkeit fördert auch ökologische Nachhaltigkeit**

Die Haupttreibfeder für immer mehr Neubauten und Zersiedelung bilden, wie dargelegt, großteils defizitäre Wohn- und Siedlungsformen. Dies wird solange so weitergehen, wie wir defizitär planen und bauen. Erst wenn wir mehr humanwissenschaftliches Know-how konsequent integrieren und auch Planungsvorgaben darauf aufbauen, wird sich das ändern. Das gilt für Neubauten gleichermaßen wie für Umbauten oder Umgestaltungen.

Wir sollten uns stärker bewusst werden, dass wir Habitate für Homo Sapiens bauen und dass nicht-menschengerechtes Bauen über kurz oder lang immer zu nachteiligen Konsequenzen führt - nicht nur für den Menschen selbst, sondern meist auch in ökologischer und gesellschaftlicher Hinsicht.

Es geht also um die Stärkung der humanen Nachhaltigkeit. Und diese fördert zugleich die ökologische und letztendlich auch die ökonomische Nachhaltigkeit. Menschengerechtes Bauen schont in der Folge – vor allem langfristig betrachtet - automatisch auch Ressourcen und Umwelt.

#### *Kurzbiographie*

Dr. Harald Deinsberger-Deinsweger

Vorstand vom Institut für Wohn- und Architekturpsychologie (IWAP) mit den Schwerpunkten: Ausbildung (Lehrgänge, Vorträge), empirische Forschung (Analyse von Wohnbauprojekten), Projektbegleitungen und Beratungen

---

19 im Prinzip fast die gesamte Referenzliste

## 8. Referenzen / Literaturverzeichnis

- Anthony, K. H. & Watkins, N. J. (2002). Exploring Pathology: Relationships between Clinical and Environmental Psychology. In: Bechtel & Churchman (2002)
- Bechtel, R. B. & Churchman, A. (Hg.) (2002). Handbook of Environmental Psychology. New York: John Wiley & Sons
- Bonaiuto, M. & Alves, S. (2012). Residential Places and Neighborhoods: Toward Healthy Life, Social Integration, and Reputable Residence. In: Clayton (2012)
- Bonnes, M. & Bonaiuto, M. (2002) Environmental Psychology: From Spatial-Physical Environment to Sustainable Development", In: Bechtel & Churchman (2002)
- Cacioppo, J. T. & Patrick, W. (2008). Loneliness: Human nature and the need for social connection. New York: W.W. Norton & Company
- Cacioppo, J. T. / Hawkley, L.C. / Norman, G.J. / Berntson, G.G. (2011). Social Isolation. New York: Annals of the New York Academy of Sciences 1231 (2011), p.17-22
- Churchman, A. (2002). Environmental Psychology and Urban Planning: Where Can the Twain Meet? In: Bechtel & Churchman (2002)
- Clayton, Susan D. (Hg) (2012). The Oxford Handbook of Environmental and Conservation Psychology. Oxford University Press, New York
- Cording, E. (2007). Wohnen in der Dichte: Bauliche Bedingungen der Privatheitsregulation im Außenraum verdichteter Wohnformen. Dissertation, Universität Oldenburg (D)
- Deinsberger-Deinsweger, H. (2013). Human Sustainability. In: Passer, A.; Höfler, K.; Maydl, P. (Hg.), SB 13 Graz: Sustainable Buildings, Full Papers (S. 1159-1170). Graz: Verlag der TU Graz
- Deinsberger-Deinsweger, H. (2014). Zonierung von Wohnumwelten. In: Reichl, Herbert. Humane Lebenswelten: Eine Psychologie des Wohnens und Planens. Ottnang
- Deinsberger-Deinsweger, H. (2015). Der menschengerechte Lebensraum in gebauten Umwelten. Über die zentrale Aufgabe der modernen Wohnpsychologie. In: PIO 2/2015. Wien: BÖP
- Deinsberger-Deinsweger, H.(2016). Habitat für Menschen - Wohnpsychologie und humane Wohnbautheorie. Teil 1: Der menschengerechte Lebensraum. Lengerich: Pabst Science Publishers.
- Deinsberger-Deinsweger, H. (2018). Städtische Wohnbauformen - Qualitäten und Defizite aus wohnpsychologischer Sicht. in: Jüttemann, Andreas (Hrsg.) (2018). Stadtpsychologie. Lengerich: Pabst Science Publishers.
- Deinsberger-Deinsweger, H. (2021). Was muss Wohnen können? - universelle Wohnbedürfnisse. In: Gebäudesoftskills: Bauen in menschlichen Dimensionen. Hg.: Buxbaum, P.A. & Oberzaucher, E. (2021). Wien: IBO-Verlag
- Deinsberger-Deinsweger, H.(2021). Wo sich Nachbarn begegnen - Einfluss wohnpsychologischer Aspekte auf das Zusammenleben. In: Gebäudesoftskills: Bauen in menschlichen Dimensionen. Hg.: Buxbaum, P.A. & Oberzaucher, E. (2021). Wien: IBO-Verlag
- Donald, I. (2022). Environmental and Architectural Psychology: the basics. New York: Routledge
- Dunbar, R. (2016). Human Evolution: Our Brains and Behavior. New York: Oxford University Press
- Gamble, C.; Gowlett, J.; Dunbar, R. (2015). Thinking Big: How the Evolution of Social Life Shaped the Human Mind. London: Thames & Hudson
- Edelman, G. M. & Tononi, G. (2004). Gehirn und Geist. München: Verlag dtv
- Fiedler, P. & Herpertz, S. C. (2016). Persönlichkeitsstörungen. Weinheim, Basel: Beltz Verlag, PVU

- Fromm, E. (1982). *Wege aus einer kranken Gesellschaft: Eine sozialpsychologische Untersuchung*. München: dtv Verlag
- Flade, Antje (2006). *Wohnen psychologisch betrachtet*. Bern: Verlag Hans Huber
- Flade, Antje (2008). *Architektur psychologisch betrachtet*. Bern: Verlag Hans Huber
- Flade, Antje (2010). *Natur psychologisch betrachtet*. Bern: Verlag Hans Huber
- Flade, Antje (2017). *Third Places - reale Inseln in der virtuellen Welt: Ausflüge in die Cyberpsychologie*. Wiesbaden: Springer GmbH
- Gifford, R. (2002). *Making a Difference: Some Ways Environmental Psychology Has Improved the World*. In: Bechtel & Churchman (2002)
- Gifford, R. (2007). *Environmental Psychology: Principles and Practice*. Fourth Edition, Colville WA: Optimal Books
- Gifford, R. (2007b). *The Consequences of Living in High-Rise Buildings*. In: *Architectural Science Review* Vol. 50.1, University of Sydney, March 2007
- Gutman, R. (Hg.) (2009). *People and Buildings*. New Brunswick, New Jersey: Transaction Publishers
- Hammer, M. & Plößl, I. (2020). *Irre verständlich: Methodenschätze. Wirksame Ansätze für die Arbeit mit psychisch erkrankten Menschen*. Köln: Psychiatrie Verlag
- Hansely, H.-J. & Kaufmann, A. (2004). *Wiener Wohnstudien. Wohnzufriedenheit, Mobilitäts- und Freizeitverhalten*. Wien: Stadtentwicklung Wien.
- Harloff, H.J. / Eitmann, J. / Hinding, B. (2010) *Psychologische Probleme der Stadtplanung*. In: Lantermann, E.D. et al. (Hg.) (2010). *Umweltpsychologie Band 2*. Göttingen: Hogrefe Verlag für Psychologie
- Jüttemann, A. (Hg.) (2018). *Stadtpsychologie*. Lengerich: Pabst Science Publishers.
- Kaplan, Rachel (2001). *The Nature of the View from Home: Psychological Benefits*. In: *Environment and Behavior* 2001; 33; S.507-542
- Kaplan, Stephen (1995). *The Restorative Benefits of Nature: Toward an Integrative Framework*. *Journal of Environmental Psychology* 15, 1995 (S.169-182), Academic Press Limited
- Kopec, DAK (2018). *Environmental Psychology for Design*. 3.Aufl. Fairchild Books, Bloomsbury Publications, New York
- Korpela, K. (2002). *Children's environment*. In: Bechtel & Churchman (2002)
- Korpela, K. (2012). *Place Attachment*. In: Clayton (2012)
- Kuo, F. E. (2002). *Bridging the Gap: How Scientists Can Make a Difference*", In: Bechtel & Churchman (2002)
- Maas, J. et al. (2009) *Morbidity is Related to a Green Living Environment*. In: *Journal of Epidemiology and Community Health* 63. S. 967-973. 2009
- Newbury, J. et al. (2016). *Why Are Children in Urban Neighborhoods at Increased Risk for Psychotic Symptoms? Findings From a UK Longitudinal Cohort Study*. *Schizophrenia Bulletin* vol. 42 no. 6, S.1372–1383
- Newman, O. (1996). *Creating Defensible Space*. Ed.: Institute for Community Design Analysis, Rutgers University
- Maslow, Abraham H. (1981). *Motivation und Persönlichkeit*. Reinbeck: Rowohlt Verlag

- Pinker, S. (2014). *The Village-Effect: How Face-to-Face Contact Can Make Us Healthier, Happier, and Smarter*. New York: Random House
- Quitmann, H. (1996). *Humanistische Psychologie*. Göttingen, Bern, Toronto: Hogrefe Verlag für Psychologie
- Rainer, R. (1995). *Vitale Urbanität: Wohnkultur und Stadtentwicklung*. Wien, Köln, Weimar. Böhlau Verlag
- Reichl, H. (2014). *Humane Lebenswelten: Eine Psychologie des Wohnens und Planens*. Ottnang
- Richter, P. G. (Hg.) (2008). *Architekturpsychologie*. Lengerich: Pabst Science Publishers
- Ropohl, G. (2012). *Allgemeine Systemtheorie: Einführung in transdisziplinäres Denken*. Berlin: edition sigma
- Sale, A. (Hg.) (2016). *Environmental Experience and Plasticity of the Developing Brain*. Wiley&Sons. New Jersey
- Seiss, R. (2015). EFH? Ja, aber richtig! In: *Bauwelt* 44-45. 2015
- Ulrich, R. S. (1984). View Through a Window May Influence Recovery from Surgery. *Journal: Science*, Vol. 224
- Vorderholzer, U. & Hohagen, F. (Hg) (2022). *Therapie psychischer Erkrankungen: State of the Art*. München: Elsevier GmbH
- Wagner, E. (2021). *Psychische Störungen verstehen*. Berlin: Springer-Verlag
- Wells, N. M. & Rollings, K. A. (2012). The Natural Environment in Residential Settings: Influences on Human Health and Function. In: Clayton (2012)
- Zeisel, J. (2006). *Inquiry by Design: Environment/Behavior/Neuroscience in Architecture, Interiors, Landscape, and Planning*. W W Norton & Co
- Zubek, J. P. (1969). *Sensory Deprivation: Fifteen years of research*. New York: Meredith Corporation