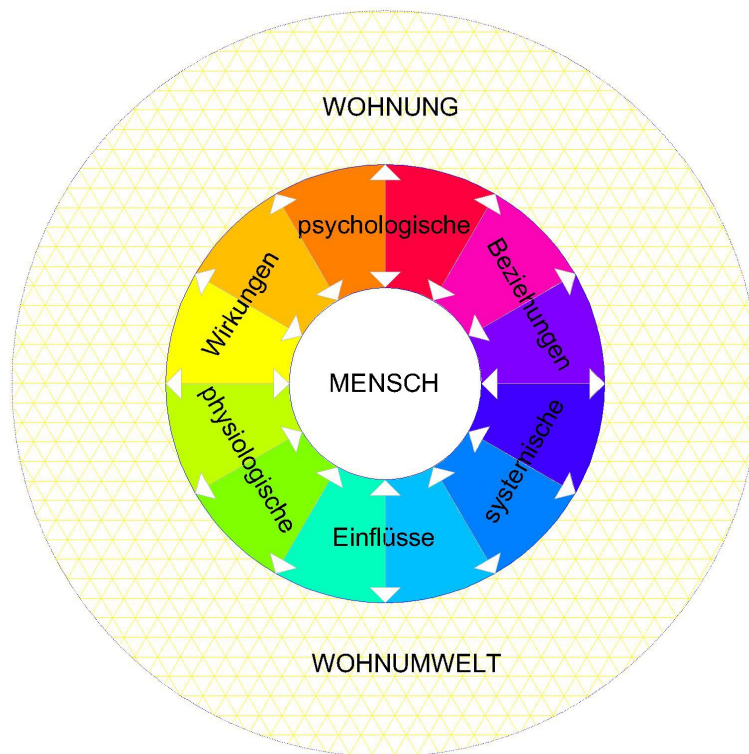


Wohnen und Psychologie

Der menschliche Lebensraum und seine Wirkung



Ein Lebensraum steht nicht nur für Wohnung, Gebäude und Umfeld, sondern für das gesamte Spektrum an Beziehungen und Wechselwirkungen zwischen dem Menschen und seiner räumlichen wie sozialen Wohnumwelt.

*Wohnung & Wohnumfeld bestimmen unser Leben,
unser Wahrnehmen und Empfinden,
unser Denken, Handeln und Verhalten,
unsere zwischenmenschlichen Beziehungen,
das Miteinander, Nebeneinander oder Gegeneinander,
Gesundheit und Wohlergehen,
unsere persönliche Entwicklung und Entfaltung
von Kindheit an bis ins hohe Alter.*

Worum geht es in diesem Lehrgang?

Es geht primär um die Frage nach dem menschengerechten Lebensraum, nach der menschlichen Qualität von Wohnumwelten (Innenräume, Gebäude und Wohnumfeld). Es geht um das Erkennen der Stärken und Schwächen, Mängel und Defizite sowie um die Definition von Verbesserungsmaßnahmen bzw. Lösungsansätzen.

Wie müssen Innenräume, Gebäude und Umfeld beschaffen sein, damit Menschen jeden Alters in mentaler, emotionaler und sozialer Hinsicht wachsen und reifen können, damit sie geistig, seelisch und körperlich gesund bleiben oder werden können, damit das Zusammenleben besser und konfliktfreier funktionieren kann?

Abgesehen vom Schutz vor Witterung und Kälte müssen noch eine Vielzahl an psychologischen und physiologischen Bedürfnissen erfüllt werden, damit ein Lebensraum im besten Sinne als menschlich bezeichnet werden kann. Diese Fülle an wohnungsbezogenen Bedürfnissen und Wechselwirkungen bildet ein zentrales Thema.

Dabei werden Erkenntnisse aus verschiedenen Fachbereichen der Psychologie (Wahrnehmungs-, Entwicklungs-, Sozial-, Umwelt-, Gestalt- und Neuropsychologie etc.) mit Wohnphysiologie, Baubiologie und Wohnbautheorie zu einem kompakten verständlichen Gesamtbild vereint.

Durch die Einbindung relevanter Wissenschaftstheorien (wie Systemtheorie, Gestalttheorie etc.) ergibt sich eine logisch-kohärente Gesamtheorie, mit welcher der menschengerechte Lebensraum umfassend und wissenschaftlich plausibel erklärt werden kann.

Zur Veranschaulichung der Thematik werden konkrete Wohnbau-Beispiele (Wohnung, Gebäude und Wohnumfeld) analysiert und geeignete Optimierungskonzepte entwickelt.

Termine:

Grundlagenmodul 1 (27 Einheiten): 3 Tage 15.09. - 17.09.2016 jeweils 09:00 -18:00 Uhr

Grundlagenmodul 2 (27 Einheiten): 3 Tage 27.10. - 29.10.2016 jeweils 09:00 -18:00 Uhr

Modul 3 (27 Einheiten): 3 Tage 01.12. - 03.12.2016 jeweils 09:00 -18:00 Uhr

Praxismodul (27 Einheiten): 3 Tage, 12.01.-14.01.2017 jeweils 09:00 -18:00 Uhr

Ort: Österr. Akademie für Psychologie, AAP Wien

Aktuelles dazu auf der Homepage: www.aap.co.at/akademie/wohnbau.htm

Ergänzende Info dazu: Beide Grundlagenmodule als auch das Praxismodul wurden bereits durch die Psychotherapeutenkammer Baden-Württemberg mit jeweils 30 Fortbildungspunkten akkreditiert! Bei Bedarf wird auch um Akkreditierung an anderen Institutionen angesucht.

Zu den Referenten:

Für Grundlagenmodule und Praxismodul:

Harald Deinsberger-Deinsweger Dr. DI Arch. Baubiologe IBO

Wohnpsychologie: fachübergreifendes Doktorat Wohnbau und Psychologie

(Institut für Wohnbau, TU Graz und Institut für Psychologie, Uni Graz)

Mehrjährige interdisziplinäre Forschung (Wohnbau und Psychologie etc.), diverse wissenschaftliche Veröffentlichungen; **praktische Erfahrung** bezüglich Analyse, Gutachten, Beratungen etc.

Lehraufträge für Wohnpsychologie, Architekturpsychologie, Wohn- und Siedlungswesen etc.

(an der TU Graz LLL, FH Kärnten, Donau-Universität Krems ...)

Architektur: Studium TU Graz, Internationale Solarbauschule (Bregenz), Planungserfahrung

Baubiologie: zertif. Baubiologe IBO (Österr. Institut für Baubiologie u. -ökologie Wien)

Für Vertiefungsmodul:

Herbert Reichl, Bmst. Mag. Baubiologe IBO

Architektur- und Umweltpsychologie: Diplomstudium Psychologie (Salzburg)

Experte für salutogene und pathogene Umwelten, kindliche Entwicklungsumwelten

Hausbaucoaching, Cohousing-Projekte etc., mehrere Publikationen zum Thema Wohnpsychologie und Bauen

Planender Baumeister mit praktischer Erfahrung, zertif. Planer nach dem Konzept Bauen für Geborgenheit, zertif. **Baubiologe** IBO

Beide Referenten sind Gründungs- und Vorstandsmitglieder vom
Institut für Wohn- und Architekturpsychologie: www.iwap.at

Hauptthemen im Überblick :

Wichtige Anmerkung: Die Module bauen thematisch aufeinander auf und bilden ein Gesamtkonzept. Wir empfehlen daher die vorgeschlagene Reihenfolge:

Grundlagenmodul 1

Wissenschaftliche Basis, das Erkennen der Zusammenhänge

- Einleitung: Zur aktuellen Problemlage in Wohnpsychologie, Wohnbautheorie und -praxis
- Das mögliche praktische Betätigungsfeld für Wohnpsychologie:
Wo, wann und vor allem wie kann sich die Wohnpsychologie sinnvoll einbringen?
- Was ist ein menschengerechter Lebensraum? Was bestimmt die menschliche Qualität von Wohnung, Gebäude und Umfeld?
- Wie funktioniert das Gesamtsystem Mensch-Wohnung-Umfeld? Welche internen und externen Wechselwirkungen sind von Bedeutung?
- Die menschliche Evolution und ihre Nachwirkungen für die Wohnbauthematik:
Sensorik und Wahrnehmung,
Ästhetik und Empfinden,
Sozietät und soziale Entwicklung,
Physiologie und Wohlbefinden
- Der menschliche Lebenszyklus und die damit verbundenen wohnpsychologischen Anforderungen
- Die wohnungsbezogenen Bedürfnisse des Menschen:
Welche generellen psychologischen und physiologischen Bedürfnisse sind beim Wohnen bzw. für den Wohnbau von Relevanz?
- Die wichtigsten Protektions-Bedürfnisse im Wohnbau
- Die Gefahren der Isolation / Formen der Deprivation im Wohnkontext und ihre Konsequenzen
- Das Bedürfnis nach Regulation, Selbstbestimmung und Kontrolle
- Soziale Interaktion, soziale Regulation in Wohnung und Wohnumfeld
Die zwei Seiten der sozialen Kontrolle und ihre zwiespältige Funktion im Wohnbau
- Was bedeutet Kongruenz im Wohnkontext?
- Der Wahrnehmungsraum und seine Bedeutung für den Menschen
- Der Aneignungsraum und seine Bedeutung für den Menschen
- Der menschengerechte Lebensraum - ein Zwischenresümee

Grundlagenmodul 2

Empirie und praktisches Potential, das Erkennen der Möglichkeiten

- Wohn- und sozialpsychologische Zonierung (von intimen bis zu extimen Räumen, von privat bis öffentlich, von persönlichen / individuellen bis zu gemeinschaftlichen / kollektiven Bereichen): Wie sieht eine geeignete Zonierung der gesamten Wohnumwelt innen wie außen in quantitativer und qualitativer Hinsicht aus?
- Wie bestimmen räumliche Faktoren das Zusammenleben der Menschen, in Familie, Wohngemeinschaft, Nachbarschaft etc.?
- Wann sind Konflikte vorprogrammiert? Welche räumlichen Setting unterstützen das Miteinander?
- Grundlegendes zu den Analysemethoden: Feststellung der menschlichen Qualität von Wohnungen und Wohnsiedlungen nach wissenschaftlichen Prinzipien

- Analyse von konkreten Beispielen: Innenräume, Gebäude und Umfeld ...
Einfamilienhaus, Geschößbauwohnungen und ganze Wohnsiedlungen etc.
- Die wichtigsten Kriterien der Wohnraumgestaltung: Wie sieht eine psychologisch geeignete Raumeinteilung aus? Auf was sollte man bei der Innenraumgestaltung achten?
- Die wichtigsten Kriterien zur Freiraumgestaltung / Wohnumfeldgestaltung
- Die wichtigsten Kriterien zur Konzeption von Wohngebäuden und Siedlungen
- Die gängigsten Wohnungsgrundriss-, Gebäude- und Siedlungstypologien inkl. wohnpsychologische Charakterisierung, Stärken, Schwächen, Defizite und Potentiale
- Regenerative Aspekte im Wohnkontext
Wohnumwelten können einen erholsamen Effekt ausüben oder Stress erzeugen.
Lebensräume können Heilungsprozesse unterstützen oder Menschen krank machen.
- Salutogene versus pathogene Lebenswelten
Einführung in das theoretische Konzept nach Herbert Reichl
- Anwendung der Wohnpsychologie in der Therapie und psychologischen Beratung
- Räume als Möglichkeit der emotionalen Selbstregulation
- Gestaltungselemente als Wirkfaktoren um emotionale Befindlichkeit zu steuern
- Wie kann Raumgestaltung als Begleitfaktor in Therapie und Beratung gewünschte Ergebnisse fördern? Wohnpsychologische Interventionsmöglichkeiten
- Stressfaktoren und Burn-Out im räumlichen Kontext
Burn-Out und räumliche Wirkfaktoren in den Lebenswelten Wohnen und Arbeiten
- Welche konkreten Belastungsfaktoren des Wohnens sind von Bedeutung?

Modul 3

Relevante Themen der Wohn- und Architekturpsychologie

Aufbaumodul: Vertiefung in Themen mit besonderer praktischer Relevanz

Voraussetzung: Absolvierung der Grundlagenmodule

- Farben und **Farbpsychologie** in der Raumgestaltung und Raumwirkung
Möglichkeiten und Schwierigkeiten
- Psychologie und Physiologie der **Lichtwirkung**: künstliches und natürliches Licht, Raum und Wahrnehmung, Sonne und Sonnenlicht zum Thema Wohnqualität ...
- Feldforschung Grundlagen / Methoden / Ansätze, "Behavior-Setting-Survey" etc.
- Umfrageproblematik, das "Wohnzufriedenheitsparadoxon" und Konsequenzen
- **Arbeitsplätze, Büros**: Wirkung räumlicher Faktoren auf Konzentration, Motivation, Leistungsbereitschaft, Kooperation und Kommunikation, Kundenkontakt ...
- Wohn- und Architekturpsychologie zur **Lebenswelt von Kindern und Jugendlichen**
- a) Wohnen und Wohnumfeld
- b) Kinderbetreuungsstätten, Schulen, Kindergärten
- Räumliche Zusammenhänge bzw. Voraussetzungen für positive oder negative Entwicklungen bei Kindern
- Analyse räumlicher Settings im Kontinuum von salutogener und pathogener Wirkung (Diagnose)
- Aufbau von Beratungskompetenz hinsichtlich salutogener Veränderungen in der Wohnsituation
- Interventionsmöglichkeiten in der psychologischen und therapeutischen Arbeit
- Wohnen als Einflussfaktor in der stationären Jugendhilfe / Wohngruppen, Wohnheime

- Raumpsychologie als Faktor in der Erziehung / Umgang mit Grenzen, Privatheit, Territorien usw.
- **Familiengerechtes Wohnen**, Raumkonzepte und Gestaltungsfaktoren
- Schwerpunkt **Paarbeziehung und Wohnen**
- Paardynamik in der Planungsarbeit und Wohnraumgestaltung
- Beziehungskrisen beim Hausbau und Strategien zur Vermeidung derselben
- Schwerpunkt: **Lebenswelten älterer, kranker und gebrechlicher Menschen**
- Altenheime / Sanatorien / Krankenhäuser / Reha-Zentren ...
- die Bedeutung der Raumsituation bei alters- oder krankheitsbedingten Einschränkungen
- räumliche Situationen in Gesundheit- oder Freizeiteinrichtungen
- Pathogene oder salutogene Wirkfaktoren des Wohnens im Alter samt deren Analyse
- praxisrelevante Interventionsmöglichkeiten
- Verbesserungsmöglichkeiten in der Beratungs- oder Betreuungssituation

Praxismodul

Anwendung: Analyse von menschlichen Lebensräumen

Voraussetzung: Absolvierung der Grundlagenmodule

Analysemethodik

- Vertiefung in die professionelle Methodologie der wohnpsychologischen Analyse und Beratung
- Vorstellung, Erlernen und Anwendung einer hoch entwickelten und empirisch erprobten Analysesystematik

Praktische Übung mit Betreuung

- Detaillierte Analyse der menschlichen Qualität von Räumen, Gebäuden oder ganzen Siedlungen

Die Teilnehmenden können auf Wunsch selbst gewählte Projekte mitbringen und analysieren - sei es eine einzelne Wohnung, ein ganzes Wohnquartier, ein Heim oder irgendeine sonstige Wohn- oder Gebäudeform.

- Erkennen und Definieren von Mängeln und Defiziten
- Formulierung von gezielten Empfehlungen und sinnvollen Maßnahmen
- Erstellung von Beratungs- und Optimierungskonzepten

Ergänzungsthemen (nach Wahl)

- Vermittlung notwendiger Grundlagen aus angrenzenden Fachgebieten um professionelle Beratungen durchführen und um sinnvolle Empfehlungen geben zu können
- Das wichtigste Know-How aus den Fächern Raumgestaltung, Gebäudelehre, Wohn- und Siedlungswesen, Städtebau, Bauweisen und Materialien etc.
- Einblicke in Wohnphysiologie und Baubiologie:
die wichtigsten Kriterien für körperliche Gesundheit und Wohlbefinden
Innenraumklima, verträgliche Materialien etc., mit der Sonne Bauen und Wohnen ...

Ergänzende Info zu den Modulen: Beide Grundlagenmodule als auch das Praxismodul sind durch die Psychotherapeutenkammer Baden-Württemberg mit jeweils 30 Fortbildungspunkten akkreditiert! Bei Bedarf wird auch um Akkreditierung an anderen Institutionen angesucht.