

Wohlfühlen ist planbar

Wie wir wohnen, hat viel mehr Einfluss auf unser Wohlfühlen und unsere Lebensqualität, als allgemein angenommen wird. Häufig stehen das Design und der Einrichtungsstil im Mittelpunkt, nicht aber die Wirkung auf unser Wohlergehen.

Wie die Architekturbranche arbeitet

Architektur und Innenarchitektur sind geprägt von Trends und dem Zeitgeist, der widerspiegelt, was aktuell als schön und angesagt gilt. In Zeitschriften und Publikationen werden diese Trends aufgegriffen und finden Anklang. Viele derzeit neugebauten Häuser und Wohnungen sind geprägt von offenen Grundrissen und vielen Glasflächen, um die von den Planern gewünschte »Transparenz und Großzügigkeit der Räume« zu erzielen. Die Fensterflächen sind bodentief, Raumecken werden aufgelöst und durch Übereckverglasungen ersetzt. Viele Bauträger nehmen diese Gestaltungselemente auf, um am Puls der Zeit zu arbeiten und moderne Wohnräume anbieten und verkaufen zu können.

Auch in der Ausbildung an Hochschulen oder Universitäten geht es neben dem bautechnischen Fachwissen und der Funktionalität besonders um das Design von Architektur und Innenräumen. Das Studium lehrt darüber hinaus den Fokus auf den Bedarf, d. h. die Raumanzahl, Größen und die Nutzungen des Gebäudes zu richten.

Aber: Wie geht es den Menschen in diesen Räumen? Fühlen sie sich mit den aktuellen Trends wohler als mit anderen Bauweisen?

Und sind die trendfokussierten Baukonzepte für jeden »Häuslebauer« passend und stimmig?

Ungünstige Auswirkungen von Räumen/Raumsituationen auf uns:

- Unpassende Grundrisse können Beziehungen massiv belasten.
- Fehlende Rückzugsmöglichkeiten erzeugen emotionale Abgrenzung und begünstigen Konflikte.
- Unwohlsein in Räumen führt zu Dauerstress und permanenter Anspannung.
- Schlechter Schlaf laugt aus und verhindert die notwendige Regeneration.
- Ohne emotionale Bindung zu unserem Zuhause sind wir beim Treffen von Entscheidungen unsicherer.
- Negative gespeicherte Emotionen auf dem Grundstück schwächen uns.

All diese Aspekte und Auswirkungen belasten die Gesundheit und die psychische Ausgeglichenheit der Bewohnerinnen und Bewohner.

Einladung zum »Nachspüren«

Stellen Sie sich ein Penthaus im 15. Stock eines Hochhauses mit Vollverglasung auf allen Seiten vor. Die Wohnfläche ist sehr offen, es gibt kaum Wände – alles fließt ineinander über.

Würden Sie sich darin wohlfühlen?

- Wohin ziehen Sie sich zurück, wenn Sie zur Ruhe kommen möchten?
- Wo in Ihrem Zuhause ist der Platz, an dem Sie verweilen, wenn es Ihnen emotional oder gesundheitlich nicht gut geht?

- Gibt es in Ihrem Zuhause einen Platz, an dem Sie sich sicher und geborgen fühlen?
- Hatten Sie bisher eher kurze »Wohnaffären« oder längere »Wohnbeziehungen«? Wie häufig sind Sie schon umgezogen und wie heimisch haben Sie sich dort jeweils gefühlt?

»Beim Planen und Bauen von privatem Wohnraum sollte es um die Bewohner gehen, um ihr Wohlbefinden und ihre Wohnzufriedenheit.«

Unser Empfinden von Räumen ist auch von unserer Wohnbiografie, d. h. unseren bisherigen Wohnsituationen geprägt. Dabei spielen schon unsere Erfahrungen aus der Kindheit eine entscheidende Rolle. Die einen hatten in ihrer Kindheit kleine Räume, die dicht möbliert waren. Die anderen sind mit viel Platz und großen Räumen aufgewachsen.

Damit verbunden sind Erinnerungen, die uns prägen und Einfluss auf unser Empfinden von Räumen haben. Manch einer denkt gerne daran zurück, wie die Oma in einem großen Sessel saß, um vorzulesen, oder an die Spieleabende mit der ganzen Familie am Esstisch.

Häufig verbinden wir mit diesen Orten innere Bilder und positive Emotionen, die ein Gefühl von Geborgenheit auslösen. Dies prägt uns und wir sind später immer wieder geneigt, ähnliche Wohnsituationen herzustellen, um dieses Gefühl unbewusst zu stärken oder wieder aufleben zu lassen.

Was meine Arbeit unterscheidet

Gerade bei der Planung von Wohnungen oder Häusern sollte der Mensch im Fokus stehen, denn es geht um sein Zuhause. Diese Perspektive vertrete ich konsequent bei der Planung und Gestaltung von Innenräumen.

Ich achte im Planungsprozess darauf, welche Atmosphäre und Raumeigenschaften meine Kundin/mein Kunde benötigen, um

sich im Wohnraum sicher zu fühlen und entspannen zu können. Es geht nicht vordergründig um das Design, sondern darum, sich in den eigenen vier Wänden wohlfühlen.

In 25 Jahren Berufspraxis habe ich die Faktoren für das persönliche Wohlfühlen in Innenräumen aufgeschlüsselt und differenziert. Wohlfühlen ist individuell und geprägt durch die eigene emotionale Bewertung der Wohnumgebung. Jeder von uns nimmt Räume anders wahr und braucht eine andere Umgebung, um sich zu Hause zu fühlen.

Meine ausführliche »Kundenanamnese« bildet die Basis dafür zu erkennen, was jeder Einzelne benötigt und sich wünscht. Anhand der von mir entwickelten Wohnbedürfnispyramide interviewe ich meine Kundinnen und Kunden zu Themen wie emotionale Sicherheit, dem Bedürfnis nach Rückzug, Alleinsein und Ruhe oder dem Aspekt, wie repräsentativ die Wohnräume oder das Haus sein soll.

»Unsere individuellen Wünsche und besonders unsere bewussten und unbewussten Wohnbedürfnisse spielen beim Wohlfühlen eine wesentliche Rolle.«

Dies ermöglicht mir zu verstehen, was bei jedem Bauprojekt in der Planung zu beachten ist, um bei meinen Kundinnen und Kunden das Gefühl von Geborgenheit und einer emotionalen Verbundenheit zum eigenen Zuhause fördern zu können.

Bei Wohnräumen für Paare oder Familien müssen in der Planung die verschiedenen Vorstellungen und teilweise auch divergierenden Bedürfnisse berücksichtigt werden. Ziel ist es, auf jeden einzugehen, um eine bestmögliche Identifikation mit den Räumen zu erwirken.

Meine Planung beginnt bei Neubauten parallel zum Vorentwurf des Architekten. Es geht mir um die Schaffung des »Klangkörpers Raum«. So können die Planungen von Architektur und Innenarchitektur sich optimal ergänzen. Bei Umbauten oder Wohnräumen im Bestand geht es um die Optimierungen der Räume für eine bessere Wohn- und Aufenthaltsqualität.

Ein Baustein meiner ganzheitlichen Betrachtungsweise von Projekten ist auch die Überprüfung des Ortes und der vorhandenen

Bausubstanz mit deren Geschichte auf negative emotionale Energiespeicherungen, die unser Wohlergehen belasten können.

Zu Hause ankommen

Der Raum, in dem wir leben, hat einen weitaus größeren Einfluss auf uns und unser Wohlbefinden, als vielen bewusst ist. Das Wahrnehmen und Kennen der eigenen Wohnbedürfnisse stellt einen Schlüsselfaktor dar.

Unser Wohnraum kann unser Wohlergehen stärken und uns Halt geben. Wenn wir die Möglichkeit nutzen, unsere Räume so zu gestalten, dass wir uns darin gut fühlen, auftanken und Kraft sammeln können, schaffen wir einen Ort der Sicherheit und der Geborgenheit. Dies schafft ein echtes Gefühl von Zuhause und steigert damit unsere Lebensqualität.

Überlassen Sie das Wohngefühl nicht dem Zufall:

Wohlfühlen ist planbar.

Mit einer abgestimmten Grundrissplanung und einer passenden Einrichtung, die auf die Persönlichkeit und die bewussten und unbewussten Bedürfnisse abgestimmt sind, wird Wohlfühlen vorhersehbar.



ISABELLA KÖBERLE

Wohlfühlen ist planbar.

Good living energy bedient ein breites Leistungsspektrum (Hotels, Büros, Geschäftsräume, Arztpraxen) mit einem Schwerpunkt im Bereich privater Haus- und Wohnungsbau.

Mit meinem ganzheitlichen Planungs- und Beratungsansatz schaffe ich Innenräume, die guttun und in denen man sich wohlfühlt. Ich verbinde dabei meine technischen Ausbildungen als Innenarchitektin und Baumanagerin mit dem Wissen von Feng-Shui, Geomantie und meinem hohen Einfühlungsvermögen in Menschen und Plätze.

Good living energy, Isabella Köberle
Doggenburgstr 11
70193 Stuttgart
isabella@koeberle.cc
www.koeberle.cc



Im Downloadbereich finden Sie meine Wohnbedürfnispyramide zum kostenlosen Herunterladen.