

# Inhalt

---

## **1. Was ist heilsame und heilende Architektur? | 9**

Stress, ein Kernproblem der Gestaltung | 12

Zum Aufbau des Buches | 16

## **2. Bauen erholsamer Orte: Inspiration durch sakrale Architektur | 19**

Verführung zur Stille, Präsenz und Kontemplation | 23

Ganzheitliche Integration der Sinne | 28

Sakrale Anmutungen als Inspiration für Profanbauten  
und Rückzugsorte | 29

## **3. Leiblich-räumliche Wahrnehmung als Grundlage für heilsames Design | 33**

Eine neue Ästhetik als Anmutungslehre? | 36

Leiblich-Räumliches Spüren | 38

Atmosphären und Stimmungen – Gernot Böhme | 39

Atmosphären definieren unsere Gefühle | 41

Der Schlüssel zu einem neuen Ästhetikverständnis: »Embodied Mind« | 46

Affordanz: Wozu regt uns die Umwelt an? | 48

Kommunikative Resonanz mit der Umwelt: Wir leben in Szenen | 50

Interview mit Prof. Gernot Böhme (Anthropologie und Leibphilosophie) | 51

## **4. Stimulierung über synästhetische leibliche Resonanzen | 55**

Erleben von Sinnhaftigkeit | 56

Synästhesie in der Domäne der Sinne | 57

Leiblich-räumliches Spüren als Fundament des Erlebens | 59

Imaginative Aspekte eines bedeutungshaltigen  
leiblich-räumlichen Erlebens | 60

Interview mit Prof. Jürgen Hasse (Phänomenologische Raumforschung) | 63

## **5. »Embodied Mind«: Verkörpertes Wahrnehmen, Denken und Handeln | 67**

- Räumliche Metaphern als Ausdruck von Emotionen, Gesundheit und Krankheit | 68  
Mit dem Körpersinn Räume leiblich erfahren | 75  
Räumliche Orientierung | 78  
Energetische Wahrnehmung | 78  
Dynamische Raumwahrnehmung | 82  
Erleben ist synästhetisch und impliziert leiblich-räumliches Spüren | 84

## **6. Gegen Stadtstress hilft Grün | 87**

- Ästhetische Aufwertung durch Natur | 88  
Leistungsfähiger und stressresistenter mit Stadtgrün | 89  
Wie Stadtgrün unsere Psyche heilt | 90  
Soziale Gesundheit durch Natur | 92  
Mit Stadtgrün die Umweltbelastungen reduzieren | 93  
Kulturlandschaften im Zuge der Energiewende bewahren | 95  
Interview mit Heinz Hubert Menne (Stadt- und Landschaftsplaner) | 96

## **7. Zukunftstrend: Biophile Architektur | 101**

- Die Kategorien des Biophilen Designs | 103  
Natur im Raum: Visuelle Verbindung zur Natur | 104  
Nicht-visuelle Verbindung zur Natur über den Geruch | 110  
Die beruhigende Wirkung von Naturgeräuschen | 112  
Unregelmäßige sinnliche Reize | 114  
Dynamische Lichtgestaltung zur Verbesserung von Schlaf und Stimmungen | 114  
Naturanalogen: Materialien mit Ortsbezug und Patina | 117  
Natur des Raumes: Rückzugsort, Weitsicht und Geheimnis | 119  
Mit biophilem Design Stress auflösen | 120  
Interview mit Prof. Günther Vogt (Freiraumplanung) | 121

## **8. »Big Five«: Fünf architektonische**

### **Bedingungen von Stress und Wohlbefinden | 123**

- »Big Five«: gesundheitsrelevante Erlebens-Dimensionen von Architektur | 124  
Stimulierung als synästhetisches ganzheitliches Erleben | 125  
Affordanz: Raumgestaltung als Einladung | 129  
Kohärenz: Orientierung ist ein grundlegendes Bedürfnis | 132  
Kontrolle: die Bedeutung von Selbstbestimmung und Sicherheit | 133  
Erholung: Reduzierung von Müdigkeit und Stress | 135  
Bewertung eines Gebäudes anhand der »Big Five« | 138

Interview mit Prof. Christoph Mäckler  
und Prof. Wolfgang Sonne (Stadtbaukunst) | 139

## **9. Feng-Shui zwischen Esoterik und Inspiration | 145**

Räumlich-leibliche Stimmungen – der Chi-Energiefluss | 145

Räume der Mitte herstellen zwischen Aktivität und Ruhe | 148

Mit Belastungen umgehen | 148

## **10. Gesundheitsbauten: Wie Räume heilen helfen | 153**

»Healing Architecture« | 154

Maria-Farer-Kinderklinik | 155

Evidenzbasiertes Design | 162

Klinikum Aachen: Zukunftsbau oder missglücktes Monstrum? | 164

Krankenhausflure | 166

Vidar-Klinik | 168

Krankenhaus-Design für das Empfinden | 171

Interkulturell sensibles Krankenhaus | 173

Patientenzimmer | 173

Auf dem Weg zum Patientenzimmer der Zukunft | 179

Beispieldesign für einen Chemotherapie-Behandlungsraum | 182

Mitwirkung der Beteiligten | 184

Humanere Intensivstation | 188

Demenzsensibles Krankenhaus | 191

Maggie's Centres | 194

Kunst im Krankenhaus | 199

Therapeutischer Garten | 206

Mit Licht den Krankenhausaufenthalt bei Depression verkürzen | 212

Raumerleben bei Krebspatienten | 213

Heilsame Gestaltung von Gesundheitsbauten in Deutschland | 215

Interview mit Thomas Willemetz

(Architekturbüro Graft, »Healing Architecture«) | 215

## **11. Unterstützung von Kranken durch »Spiritual Care« | 219**

Spiritualität fördert körperliche, geistige und seelische Heilung | 222

Kerndimensionen spiritueller Bedürfnisse | 223

Raumdesign kann Spiritualität und »Spiritual Care« begünstigen | 224

Erstes Modellprojekt für »Spiritual Care«: Sukhavati in Bad Saarow | 230

Interview mit Prof. Eckhard Frick (»Spiritual Care«) | 232

## **12. Checkliste: Design als Therapie | 235**

### **13. Wenn Stadt zur sozialen Gesundheitsfrage wird | 241**

Psychische Erkrankungen nehmen durch Luftverschmutzung zu | 241

Multiple Belastungen und der Einfluss auf die Lebenserwartung | 242

Ergebnis: Soziale Umweltgerechtigkeit Berlin | 243

Strategien zur Verbesserung von Stadträumen | 244

Reduktion von Belastungen durch Grünzonen | 245

Planung von Ruhezonen und kühlenden Orten

in stark belasteten Gebieten | 248

Aktivierung neuer Flächenpotenziale durch Lokalisierung

von »Nicht-Orten« | 249

Planung mit Konzepten eines »Active Designs« | 251

Förderung der Entwicklung neuer Architekturtypologien | 251

Fazit | 253

Interview mit Dr.-Ing. Heinz-Josef Klimeczek

(Soziale Umweltgerechtigkeit) | 254

## **14. Raumqualitäten erleben, verstehen und entwerfen | 259**

### **Anhang | 265**

Literatur | 265

Abbildungsnachweise | 282