

# Design für die Psyche

Die äussere Umgebung wirkt auch nach innen. Wie Interior Design das Wohlbefinden traumatisierter oder depressiver Menschen beeinflusst, untersucht ein Projekt des Departements Design & Kunst.

Spitalzimmer ähneln sich. Sie sind eingerichtet mit standardisiertem Mobiliar, meist gefertigt aus leicht zu reinigenden Materialien wie Kunststoff, Edelstahl und Keramik. Es herrscht eine Ästhetik des Funktionalismus, die eine kühle und sterile Atmosphäre verströmt – ausgerechnet an einem Ort, an dem es darum geht, gesund zu werden.

Was aber kann Design dazu beitragen, dass sich Patienten in dieser Umgebung wohler fühlen? Diese Frage erforschte Ute Ziegler, Doktorandin und wissenschaftliche Mitarbeiterin am Kompetenzzentrum für Design & Management an der Hochschule Luzern – Design & Kunst. «Studien weisen aus, dass Aggressionen und Stress reduziert werden können, wenn Räumlichkeiten bestimmte Charakteristiken aufweisen. Etwa eine gute Akustik und biologisch wirksames, künstliches Licht», erklärt sie. «Ich war erstaunt, dass es trotz klarer Forschungsergebnisse noch wenige Beispiele für deren Anwendung gibt.» Ute Ziegler entschied sich, ihre Dissertation zum Thema «Multisensorisches Design als Gesundheitsressource – Individualisierbare und stressregulierende Räume» zu verfassen. Begleitet wurde sie von Claudia Acklin, Leiterin des Kompetenzzentrums.

In der Clenia Littenheid AG, einer Privatklinik für Psychiatrie und Psychotherapie, fand Ute Ziegler eine engagierte Praxispartnerin. Sie unterstützte sie dabei, die Anwendungen vor Ort zu entwickeln, zu testen und zu evaluieren. Ab Herbst 2013 stellte die Klinik auf zwei Stationen

je ein Zimmer zur Verfügung: auf einer Akutstation zur Behandlung von Depressionen und affektiven Störungen sowie auf einer Psychotherapiestation für Menschen mit Traumafolgestörungen. «Wir möchten, dass die Patientinnen und Patienten mit der Einrichtung und Gestaltung der Zimmer noch zufriedener sind», erklärt Pflegedirektor Hubert Dietschi. Rosmarie Frehner, Leiterin der Trauma-Station, ergänzt: «Gerade unsere traumatisierten Patienten haben ein sehr hohes Sicherheitsbedürfnis und benötigen individuellen Spielraum bei der Gestaltung ihres Zimmers. Es war deshalb sehr reizvoll, auszuprobieren, wie wir mit Designinterventionen gesundheitsfördernde Effekte erzielen können.»

**Erfahrungen aus erster Hand** Das Projekt verschränkte zwei Methoden: Evidence und Experienced Based Design. Beim Evidence Based Design griff Ute Ziegler auf bereits bestehende Erkenntnisse zurück. Arvenholz etwa bewirkt laut Studien eine niedrigere Herzfrequenz, neutralisiert zudem Gerüche und wirkt antimikrobiell. Ebenfalls breit erforscht ist der therapeutische Einsatz von künstlichem Licht mit Tageslichtspektrum. Und die Farbe «Cool Down Pink» reduziert, als Wandfarbe eingesetzt, das Aggressionsverhalten – ein Effekt, den man sich auch in Gefängnissen oder an Flughäfen zunutze macht. «Als farbiges Licht kam Cool Down Pink jedoch erstmals in diesem Projekt zum Einsatz», erklärt Ute Ziegler.

Im Weiteren beteiligte Ziegler das Klinikpersonal und die Patienten am Forschungsprozess (Experienced Based Design). Sie führte Interviews mit Pflegefachpersonen, Therapeutinnen und Ärzten, Reinigungspersonal sowie Patienten. Letztere brachten sich zudem als «Co-Designer» in die Entwicklung der Prototypen ein. Mit Farbmustern, Stoffen, Playmobil-Figuren etc. erstellten sie zum Beispiel in einem Pappkarton ihr ideales Patientenzimmer.

**Textilien für ein stärkeres Sicherheitsgefühl** Aus den Gestaltungsexperimenten und Interviews leitete die Forscherin konkrete Anforderungen an die Designinterventionen ab. So ist es für Patienten sehr wichtig, dass sie Schlafen und Wohnen im Zimmer trennen können. Und Textilien, so zeigte sich, nehmen eine bedeutende Schutzfunktion ein. «Das hat uns erstaunt, da Textilien doch etwas sehr Zartes sind», sagt Ziegler. «Sie sind im Zusammenhang von Design und Gesundheit bisher auch kaum erforscht.» Traumapatienten haben ein sehr feines Gespür dafür, was sie brauchen, um sich sicher zu fühlen: So wünschten sie sich etwa, dass die untere Hälfte der Vorhänge weniger lichtdurchlässig ist als die obere. «Denn so können sie erkennen, wer in ihr Zimmer eintritt; gleichzeitig bleibt der intime Bereich des Bettes für Aussenstehende weniger gut einsehbar», erklärt Rosmarie Frehner.

Auf der Trauma-Station entstand schliesslich der «modulare Kokon». Er besteht aus einem leicht gewölbten Baldachin hoch über dem Bett, gefertigt aus Arvenholz. Darin eingelassen sind Lichtmodule, die der Patient über ein Tablet individuell steuert. Am Baldachin ist ein naturweisser Vorhang befestigt, mit dem man das Bett in eine kleine Höhle verwandeln kann. Wandseitig hängt ein weiterer Vorhang, an dem die Patienten Schlaufen vorfinden, um persönliche Gegenstände einzubinden. In einem nochmals grösseren Radius um das Bett herum hängt ein dritter Vorhang. Er trennt den Schlafbereich



Ute Ziegler mit dem «modularen Kokon». Über ein Tablet lässt sich je nach Stimmung die Lichtfarbe wählen, etwa beruhigendes «Cool Down Pink». Patienten brachten ihre Vorstellung des idealen Zimmers mit Modellbauten in das Projekt ein (unten rechts).

vom restlichen Zimmer und bietet Blickschutz gegenüber dem Personal.

**Weniger Medikamente und ein höheres Wohlbefinden** Bis Ende 2014 testeten Patientinnen den modularen Kokon. Sie füllten während ihres Aufenthalts Fragebögen aus und nahmen an Interviews teil. Das Klinikpersonal beobachtete und dokumentierte die Wirkung des Kokons. Fotografisch wurde zudem festgehalten, wie unterschiedlich die Patientinnen den Kokon nutzen. «Sie gestalten sich ihre ei-

gene Umgebung, es entsteht immer wieder neues, individuelles Design», sagt Ute Ziegler. Weitere erfreuliche Resultate: Die Patientinnen schlafen besser, werden weniger von Albträumen geplagt, verspüren mehr Geborgenheit und sind entspannter. Eine Patientin meldete beispielsweise zurück: «Ich hab den Vorhang immer zu. Die Pflegefachpersonen bleiben immer hinter der Linie des Vorhangs. [...] Es ist eine Pufferzone.» Das Zimmer wurde öfter als Rückzugsort gewählt und das modulare Licht gezielt eingesetzt, um zum



Beispiel Spannungsgefühle zu lösen. «Patientinnen äusserten, dass sie dank dieser Designinterventionen weniger Reservemedikamente benötigen», freut sich Rosmarie Frehner.

Ute Ziegler schliesst ihre Dissertation dieses Jahr ab, möchte das Thema Design und Gesundheit aber in weiteren Projekten vertiefen. Die Privatklinik Clenia Littenheid wiederum wird den Kokon weiterhin einsetzen, noch mehr Daten sammeln und die Erkenntnisse in ihre Neubauprojekte einfließen lassen. **Susanne Gmür**