

Bauliche Massnahmen als Hilfeleistung : Farbe bekennen - die richtigen Farben fördern das Wohlbefinden in Heimen

Autor(en): **Krebs, Jürg**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Fachzeitschrift Heim**

Band (Jahr): **69 (1998)**

Heft 3

PDF erstellt am: **18.09.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-812671>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Bauliche Massnahmen als Hilfeleistung

FARBE BEKENNEN – DIE RICHTIGEN FARBEN FÖRDERN DAS WOHLBEFINDEN IN HEIMEN

Von Jürg Krebs

Psychologen wissen: Farben lösen Emotionen aus, beeinflussen Verhalten und Stimmungen. Sie können sowohl reizen als auch beruhigen und sind wesentlich an unserem Wohlbefinden beteiligt. Der richtigen Farbgebung in unserer unmittelbaren Umgebung wie der eigenen Wohnung oder dem Arbeitsplatz kommt somit eine wichtige Bedeutung zu. Noch komplizierter wird es, wenn Arbeitsplatz und Wohnung mit ihren unterschiedlichen Nutzungsansprüchen zusammenfallen – wie in einem Heim. Die richtige Farbe zu finden, ist nicht einfach. Raum- und Lichtverhältnisse aber auch die gewünschte Wirkung sowie unterschiedliche Farbpräferenzen zwischen jüngeren und älteren Menschen sind wichtige Faktoren der Entscheidungsfindung. Wer in seinem Heim eine Veränderung oder Renovation anstrebt und sich Gedanken über eine farbliche Auffrischung des Gebäudes macht, ist gut beraten, sich über die richtige Farbgebung bei Fachpersonen zu informieren. Doch auch umgekehrt gilt: Will jemand in seinem Heim eine bestimmte Wirkung erzeugen, sollte er oder sie sich einmal mit Farben auseinandersetzen.

Wer den ganzen Tag in einem – meist *weissgetünchten* – Büro sitzt, hat nicht selten das Bedürfnis, dem *grauen* Alltag zu entfliehen und raus in die Natur zu gehen. Das Betreiben eines Gartens, Wandern, Spazieren oder generell das Bewegen in der Natur, dient nicht nur dem Ausgleich zur täglichen Bewegungslosigkeit. Wir suchen fehlende farbliche Abwechslung

“Bekennen Sie Farbe!”

am Arbeitsplatz – oder zu Hause – sehr oft in der Natur. Nicht ohne Grund schmücken wir das Zuhause und Geschäft mit Pflanzen. Der Mensch hat eine tiefe Beziehung zu Farben aller Art und braucht deren Abwechslung. Dieser Umstand findet im Französischen besondere Prägung, wo mit dem Ausdruck *toute couleur* (allerlei Farben) Artenvielfalt beschrieben wird. Auch das Deutsche zeigt die tiefere Beziehung des Menschen zur Farbe und spricht von «allen Schattierungen». Der Aufenthalt in einer Polarlandschaft, die nichts anderes bietet als Weiss in allen Variationen, kann krank machen, wie

Experten wissen. Der Mensch braucht den Farbwechsel ebenso wie den Lichtwechsel. Dies ist nicht ein unfassbares seelisches Bedürfnis, sondern hat einen sehr realen, sprich biologischen, Hintergrund.

Farbe ist Körpernahrung

Es ist seit langem bekannt, dass der Organismus das Licht, und somit die Farben, wie Nahrung aufnimmt. Über die Aufnahme des Lichtes durch das vegetative Nervensystem werden im Körper Drüsen aktiviert, die ihrerseits Prozesse mit entsprechenden Wirkungen auslösen. Auf diese Weise wird der Mensch in seinem (Wohl)befinden direkt durch seine Umwelt beeinflusst. Ein wolkenloser Himmel wird als Beispiel nicht nur von Meteorologen mit *heiterem* Wetter umschrieben; er löst in uns normalerweise auch eine heitere Stimmung aus. Die aus unserer Umwelt resultierenden Stimmungen haben folglich einen direkten physischen Hintergrund: Seelisches und physisches Empfinden stehen so in direktem Zusammenhang.

In unserer vom Menschen geschaffenen Umgebung wird dies sehr oft vernachlässigt. Gerade Architekten fehlt sehr oft eine farbliche Sensibilisierung, wie *Erich Chiavi*, Raum- und Farbphy-

siologe aus Davos, festgestellt hat. «Architektur sollte viel häufiger unter dem Aspekt des Menschen und der Physiologie betrachtet werden, als unter Technik und Kunst», ist er überzeugt. Chiavi moniert, dass die Wechselwirkung zwischen dem Menschen und seiner unmittelbaren wie weiteren Umgebung viel zu wenig berücksichtigt wird. Und dies obwohl handfestes Fachwissen vorliege.

Wissen nutzen

Was liegt näher, diese zum Teil umfassenden Erkenntnisse über die Wirkung von Farben direkt in unseren Alltag einfließen zu lassen, sei es am Arbeitsplatz sei es in unserer privaten Umgebung? Gerade im Heim, das Arbeitsplatz und Wohnraum unter einem Dach vereint, kommt der Farbe eine nicht unwesentliche Aufgabe und Bedeutung zu.

Nicht jede Heimleitung hat das Glück, über einen Neubau zu verfügen, der neben den praktischen Anforderungen den wohnlichen genügt und in den darüber hinaus die neuesten Erkenntnisse über den Einfluss der Farbe auf ihre Umwelt eingeflossen sind. So können Mängel entstanden sein, deren Auswirkung erst mit der Zeit ans Tageslicht getreten sind; Mängel, die gerne aus der Welt geschafft würden. «Dies lässt sich in jedem Fall realisieren», erklärt Erich Chiavi. «Eine Architektur, die nicht durch Farbe aufgewertet werden kann, gibt es nicht», hat Chiavi die Erfahrung gemacht.

“Ältere Menschen favorisieren im Gegensatz zu jüngeren hellere Farben und warme Pastelltöne.”

Die Fehler zu beheben und etwas am Gebäude zu verändern – und sei es nur einen neuen Anstrich zu tätigen – kann schnell teuer werden. Gerade deshalb



Licht und Farbe: Neues Lichtkonzept macht die Gänge freundlicher, APH Gundeldingen, Basel. Die farbig abgestuften Diagonalstreifen verkürzen optisch den langen Gang.

lohnt es sich, wenn der Entschluss für eine Farbgestaltung des Heimes gereift ist, sich mit Farbe genauer zu befassen, denn sie kann viel zur Stimmung beitragen – im Positiven wie im Negativen. Durch Farben lassen sich Stimmungen kanalisieren, abschwächen und verstärken. «Bekennen Sie Farbe!», ist man versucht zu empfehlen. «Aber nicht irgendeine!», bleibt anzufügen.

Umfassende Betrachtung notwendig

Ein Einheitsrezept für den Einsatz von Farben in Heimen gibt es nach Chiavis Meinung nicht. Auf der einen Seite soll sie unter anderem Gemütlichkeit und Wohnlichkeit für die BewohnerInnen ausstrahlen, auf der anderen Seite das Personal in ihrer Arbeit motivieren. Dies erfordert ein differenziertes Farbkonzept, das auch die unterschiedliche Nutzung der Räume erfasst. Die Problematik ist vielschichtiger, als oft angenommen wird und hängt deshalb stark von den spezifischen Wünschen der Heime und deren Situation ab. «Es kommt darauf an, um was für ein Heim es sich handelt, auf seine Umgebung, seine Architektur. Dann muss die gewünschte Wirkung geklärt werden. Sollen zum Beispiel kreislauffördernde oder beruhigende Zonen gestaltet werden», erklärt Chiavi einige der ersten erforderlichen Fragen, die in diesem Zusammenhang gestellt werden müssen.

Die angesprochene Vielschichtigkeit der Materie zeigt sich auch am Berufsbild von Erich Chiavi. Ein Raum- und Farbphysiologe braucht ein breites Wissen. Er muss eine Ahnung haben von

Luft, Licht, Schall, Ergonomie, Formen und natürlich Farben. Nur die Kenntnis der Wechselwirkungen unter diesen Bereichen lassen einen optimalen Einsatz zu und führen zu handfesten Ergebnissen.

Was leisten Farben im Heim?

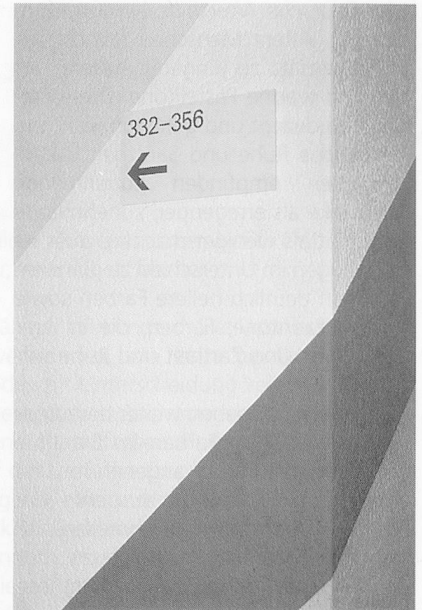
Was können Farben im Heim effektiv leisten? So ziemlich alles. Dazu meint Chiavi: «Farben erzeugen Stimmung, Fröhlichkeit, lösen Monotonie auf, wirken ausgleichend und erzeugen eine Wechselwirkung zwischen dem Menschen und seinem Umfeld.» Chiavi fügt gleich ein weiteres Beispiel von Farbwirkungen an: «Bei viel Sonneneinstrahlung kann mit kühleren Farben eine tiefere Raumtemperatur suggeriert werden, bei wenig Sonneneinstrahlung mit warmen Farben eine entsprechend höhere. Das menschliche Empfinden lässt Unterschiede bis zu 4 Grad Celsius zu.»

Eine optimale Farbe für Heime gibt es mangels Grundrezept ebensowenig. «Ich arbeite mit bis zu 2000 Farbtönen. Eine Abstimmung aufeinander ist deshalb sehr wichtig», weiss Chiavi. «In der Farbabstimmung können die grössten Fehler passieren. Sie müssen zur Sicherheit bei jedem möglichen Licht überprüft werden», gibt Erich Chiavi zu bedenken. Trotz Farbanwendung ist zu beachten, dass die Räume durch die Farben nicht überdynamisch wirken, denn das würde den Menschen einengen und erdrücken.

Die Thematik erfordert einiges an Hintergrundwissen, doch eine Lösung lässt sich immer finden. «Ich lasse die Kunden unter meiner Hilfe ihre Lösung



Farbhilfe: Die verschiedenen Farben pro Stockwerk helfen Rosa Kleebauer (90), sich im Haus zurechtzufinden.



Orientierung: Farbmuster an Wänden und Zimmernummern helfen den BewohnerInnen, sich zu orientieren.

selbst erarbeiten, denn sie müssen sich mit dem Ergebnis wohl fühlen. Sie sollen daher ihre ‚Hülle‘ selbst kreieren. Dabei kann ich sie mit meinem Wissen und meiner Erfahrung unterstützen», erklärt Chiavi das Vorgehen in einem konkreten Fall. Auf die Frage, wer in Heimen den grösseren Einfluss auf die Lösung haben sollte, das Personal oder die BewohnerInnen, antwortet der Farbphysiologe: «Man darf nicht unterschätzen, wer im Heim arbeitet ist fast wichtiger als die BewohnerInnen selbst. Wenn das Personal gerne zur Arbeit kommt, überträgt es seine Freude und Liebe auf die BewohnerInnen und kann sie so zusätzlich mitreissen und motivieren.»

Farbe, Verhalten, Präferenzen

Trotz vielfältiger Anwendungsbereiche der Farben gibt es einige grundsätzliche Regeln in Bezug auf deren Wirkung: Rot fordert eine Handlung. Blau rationalisiert eine Handlung (dürfen, nicht dürfen). Gelb lenkt die Aufmerksamkeit und warnt vor gefahrbringender Handlung. Grün weist auf Spannungslosigkeit. Bei der Wahl der Farbe gilt es aber nicht nur die Wirkung zu beachten, d.h. dass für einen Pausenraum entspannende und dennoch aufbauende, im Arbeitsraum motivationsfördernde und in den Wohnräumen gemütliche Farben verwendet werden können. Die Menschen haben darüber hinaus unterschiedliche Farbpräferenzen. Dies ist einerseits eine Geschmackssache andererseits eine Frage des Alters, wie eine kürzlich erschienene *Langzeitstudie eines Psychologenteams der Universität Freiburg i.B. im Auftrag des Kuratori-*

ums *Deutsche Altershilfe* herausgefunden hat. Ältere Menschen favorisieren im Gegensatz zu jüngeren hellere Farben und warme Pastelltöne. Diese Farben sind dezent und gehen in Richtung freundliche Ruhe und Sanftheit. Ältere Menschen empfinden zunehmende Farbstärke als erregender, zunehmende Helligkeit als weniger mächtig, aber sie bevorzugen im Unterschied zu jüngeren Personen deutlich hellere Farben sowie sanfte Brauntöne; Farben, die in ihrer Gefühlswirkung Zartheit und Ruhe vermitteln.

Die Forscher haben weiter herausgefunden, dass von Farben im Blaubereich eine «auffällig angenehme und beruhigende Wirkung» ausgeht. Violett- und Gelbgrüntöne erwiesen sich als kritische und demzufolge zu meidende Farbbereiche, die bei den Testpersonen eher beunruhigende und unangenehme Empfindungen auslösten. Wichtiger als der Farbton (zum Beispiel Rot, Gelb oder Grün) erwies sich die Farbstärke. Entgegen der landläufigen Erwartung stellte sich heraus, dass so verschiedene Farbtöne wie Rot oder Grün bei gleichem Stärkegrad ähnlich anregend auf das Wohlbefinden älterer Menschen wirken.

Ausgeglichene Stimmung dank Farbe

Einer, der mit dem Einsatz von Farben gute Erfahrungen gemacht hat, ist Heimleiter Werner Wassermann vom Alters- und Pflegeheim Gundeldingen in Basel. Mit der Architektur seines Heimes war Wassermann seit seinem Amtsantritt vor 11 Jahren grundsätzlich zufrieden. Die langen Gänge zu den Zimmern waren aber durch die mangelhafte Deckenbeleuchtung viel zu dunkel und düster, geradezu erdrückend. Jedes Stockwerk hatte eine andere Farbe. Ein zwar guter Umstand, erleichtert es

doch den HeimbewohnerInnen die Orientierung, aber die Farbwahl wahr verfehlt. Die Farben Dunkelrot, Orange und Ocker wirkten zusätzlich drückend und machten die Gänge noch dunkler. Als sich vor ein paar Jahren Malerarbeiten an den Wänden aufzudrängen begannen, entschied sich Wassermann nicht einfach zu einer Überpinselung der Wände. Bewusst wollte er mit einer gezielten Farbgebung freundlichere Gänge herstellen.

Zusammen mit einem ortsansässigen Malergeschäft erarbeitete Wassermann eine Lösung unter Einbezug des Pflegepersonals. «Mir war es wichtig, das Gebäude viel freundlicher zu gestalten ohne dabei umbauen zu müssen», beschreibt Wassermann das Ziel der Renovation. Zuerst wurde die Deckenbeleuchtung ausgewechselt, dunkle Ecken neu ausgeleuchtet und viel mehr Lampen gesetzt. Die Länge der Gänge wurde durch farbige Diagonalstreifen an den Wänden unterbrochen und der Gang so optisch verkürzt. Die Farben wurden auf Blau, Mandarin und Schilfgrün festgelegt. Die Pastelltöne der Far-

“ Wir bringen zum Beispiel Fotos von engen Verwandten an deren Türen an. ”

ben machen die Etagen nun zusätzlich viel freundlicher. Zu einer optischen Variation und einer freundlichen Stimmung tragen zudem die vielen Pflanzen in Gängen, Aufenthaltsräumen, Speisesaal und Café bei.

In der Pflegeetage haben die PflegerInnen bewusst eine grüne Farbe ausgewählt, um der latent aufgeregten Stimmung der BewohnerInnen entgegenzuwirken. Eine Entscheidung, die sich ausgezahlt hat. «Das Personal hat eine deutliche Beruhigung der Stimmung unter den BewohnerInnen festgestellt», meint Wassermann.

Farbe und Orientierung

Die HeimbewohnerInnen haben im allgemeinen gut auf die neue Farbkonzeption reagiert. «Ihnen haben nicht nur die Farben gefallen, es wird auch geschätzt, dass die unterschiedlichen Farben gleich die Etage markieren. Die Orientierung ist für sie deshalb viel einfacher», führt Werner Wassermann aus. Und weiter meint er: «Gerade für leicht verwirrte Personen sind die Farbkennzeichnungen eine grosse Hilfe.» Wichtig für die Farbwahl, soll sie als Ori-

Das Kuratorium Deutsche Altershilfe hat zum Thema Farbe und Heim ein Buch mit praktischen Farbvorstellungen herausgegeben. Es heisst «Farbe ins Heim» und fasst die wesentlichen Erkenntnisse zur Psychologie des Farberlebens älterer Menschen zusammen und gibt konkrete Vorschläge für die Farbgestaltung von einzelnen Räumen, Möbeln, Decken und Wänden in Alterneinrichtungen.

ISBN 3-932882-00-8, 1997,
48 Seiten, mit herausnehmbarem
24er-Farbfächer, DM 69.–.

entierung dienen, ist deren Mischung. Die Wissenschaft empfiehlt die Verwendung der sogenannten Urfarben: Rot, Gelb, Grün und Blau. Dabei muss folgende Einschränkung beachtet werden: Rot ohne Gelb- und Blaustich, Grün ebenfalls ohne Gelb- und Blaustich, Blau: weder rötlich noch grünlich und analog dazu auch Gelb ohne rötlichen und grünlichen Einschlag.»

Werner Wassermann hat die Erfahrung gemacht, dass bei schwerer Verwirrtheit der BewohnerInnen die Farben nicht mehr helfen können. In solchen Fällen greift er auf kleine Tricks zurück: «Wir bringen zum Beispiel Fotos von engen Verwandten an deren Türen an. Dies hilft bei einigen Leuten, das eigene Zimmer wieder zu finden. Das eigene Foto bietet allerdings keinen Wiedererkennungswert.»

Einen Schritt weiter als Werner Wassermann ist Michael Schmieder vom Krankenhaus Sonnweid in Wetzikon gegangen, der sich von Erich Chiavi beraten liess. Er hat nicht nur den Neubau farbig gestalten lassen, sondern ebenso das Interieur. Zudem haben die PflegerInnen auf ihre weisse Berufskleidung verzichtet und tragen nun farbige T-Shirts. Rot haben sie als aggressive Farbe allerdings ausgeklammert. Auch er hat festgestellt, dass die BewohnerInnen positiv auf die Farbkontraste in ihrer Umgebung reagieren und sie sich häufiger im farbigen Neubau aufhalten als im normal belassenen Altbau.

Für die beiden Heimleiter Werner Wassermann und Michael Schmieder hat es sich, wie sie betonen, ausgezahlt, dass sie sich mit der Farbgebung im Heim näher befasst haben. Die zusätzlichen Kosten, die durch die professionelle Beratung entstanden sind, haben sich durch die positive Wirkung der Farbe auf das Leben im Heim längst ausgezahlt und dies obwohl beide in ihrer Farbkonzeption unterschiedlich weit gegangen sind. ■

Der menschliche Verstand ist in der Praxis nicht verlässlich, am wenigsten in grösster Not.

Karl Jaspers