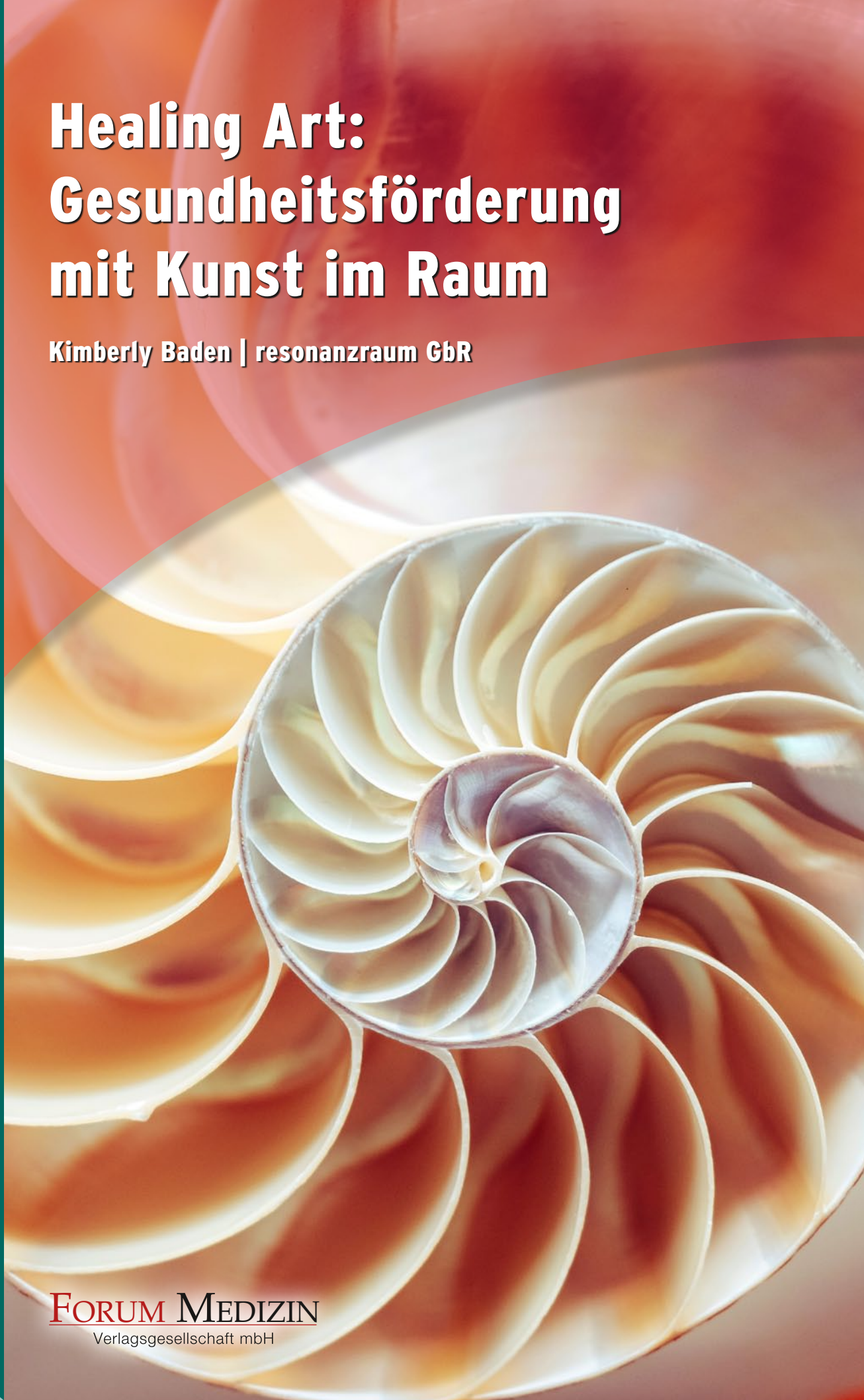


Healing Art: Gesundheitsförderung mit Kunst im Raum

Kimberly Baden | resonanzraum GbR



Healing Art: Gesundheitsförderung mit Kunst im Raum

Kimberly Baden | resonanzraum GbR

In unserer modernen Gesellschaft sind Stress und stressassoziierte Erkrankungen ein zunehmend sich verstärkendes Problem. Durch Digitalisierungsprozesse, vielfältige individuelle Weiterentwicklungsoptionen und der generellen Schnellebigkeit des heutigen Lebens stehen wir ständig unter einem enormen Druck. Die Arbeit ist dabei der größte Stressfaktor der Deutschen – und im Gesundheitsbereich gilt dies umso mehr. Es besteht bekanntlich ein enger Zusammenhang zwischen psychischen Parametern und der körperlichen Gesundheit. Das Erleben negativer Ereignisse und ein Anstieg von Stressfaktoren schwächen nachweislich unser Immunsystem. In der Gesundheitspsychologie wird Stress somit auch als ein Prozess verstanden, der einer Genesung der Patient:innen aktiv entgegenwirkt und die Krankheit fördert. Unter Stresseinwirkung kann sich der Blutdruck dauerhaft erhöhen, Schlaflosigkeit und Gereiztheit sind typische Folgen, auch nimmt die Non-Compliance in Krankenhäusern zu, also die mangelnde Mitarbeit von Patient:innen. Für eine rasche Genesung und eine nachhaltige Förderung der Gesundheit ist Stress somit absolut kontraproduktiv.

Krankenhäuser, Gesundheitseinrichtungen und ärztliche Praxen sind in ihrer räumlichen Gestaltung meist pragmatisch ausgerichtet: Es müssen Hygiene und Sauberkeit gewährleistet sein, zudem das reibungslose Zusammenspiel unterschiedlicher Abteilungen. Dieser Fokus ist nicht nur patient:innen- und bedürfnisfern, sondern auch stressfördernd. Es fehlen positive Reize, beruhigende Ablenkungen von Schmerzen und Ängsten, die ein tristes Krankenzimmer oft nicht bieten kann. Es braucht ein subjektives Wohlempfinden, das eine Heilung begünstigen kann.^{1,2,3,4}

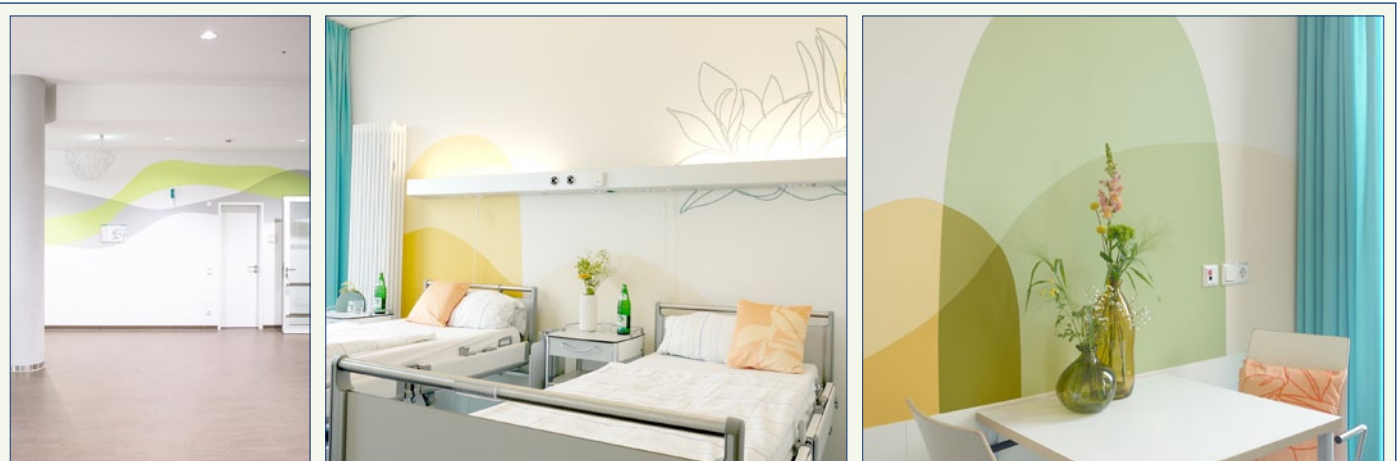
Ästhetische Abenteuer und sanfte Impulse

Die Atmosphäre in Kliniken oder gesundheitlichen Häusern kann ausschlaggebend sein für die Gesundheit der Patient:innen sowie der Mitarbeitenden. Sobald das Umfeld stressreduzierend wirkt, werden auch die Genesung der Krankheit und Psyche sowie Physis gefördert. Ein wichtiger Aspekt ist hierbei *Healing Art*.^{1,2}

Healing Art ist ein internationaler Begriff der gesundheitsfördernden Kunst in Gesundheitseinrichtungen. Mit einer zustimmenden und positiven Umgebung unterstützt *Healing Art* die Heilung und Genesung. Neben der offensichtlichen Veränderung der Außenwahrnehmung gibt die Umgestaltung klare Strukturen und schafft Orientierung für die Patient:innen in Krankenhäusern, Kliniken oder Praxen. Mit Elementen werden Blickpunkte gesetzt, die einen Wiedererkennungswert schaffen, wodurch sich die Patient:innen leichter zurechtfinden. Die Möglichkeiten zur Gestaltung sind unbegrenzt: Farbe an der Wand, Materialität und Strukturen, Lichtveränderungen, Muster oder unterschiedliche Formen.⁴ Das einschüchternde und bestimmende Gefühl von Schmerz und Leid in Krankenhäusern oder Praxen fällt mit einer solchen gesundheitsfördernden Gestaltung weniger ins Gewicht oder kann sogar ganz verschwinden.

Als heilungsfördernder Ansatz bietet *Healing Art* signifikante positive Auswirkungen auf die Genesung der Patient:innen, aber auch auf den Prozess der Heilung an sich. Als Atmosphärenveränderung stellt *Healing Art* eine willkommene Abwechslung zum Alltag dar. Die Routine in Kliniken und Praxen schafft Barrieren, die durch das ästhetische Abenteuer für die Patient:innen und Mitarbeitenden abgebaut werden können. Neben den Patient:innen wird dabei auch das Personal positiv beeinflusst. Mit einer ansprechend gestalteten Arbeitsumgebung und Rückzugsmöglichkeiten kann die Arbeitseffizienz ebenso wie die Zufriedenheit der Mitarbeitenden gesteigert werden.

Ökonomisch ausgerichteten Gesundheitseinrichtungen bietet das Konzept der *Healing Art* einen weiteren Mehrwert: Durch die Gestaltung ergibt sich ein Marktvorteil, der durch das Alleinstellungsmerkmal hervorgerufen wird. Die Gestaltung wird zur *Corporate Identity* und geht mit PR-Vorteilen einher, die wiederum das Ansehen steigern. Idealerweise erhöht eine schnellere Genesung der Patient:innen die Effizienz der Belegbetten und es vergrößert sich die Anzahl der zu behandelnden Patient:innen. Dies und die Zufriedenheit der Mitarbeitenden ermöglichen letztlich die Ersparnis von Ressourcen und erweitern das Kapital.^{5,1}



Gestaltungen von resonanzraum (v.l.n.r.): Eingangsbereich der Sophienklinik GmbH / Patient:innenzimmer / Detailansicht der Gestaltung

Studienlage und Forschungsaspekte

Als *evidence-based Design* wird *Healing Art* im gestalterischen und künstlerischen Kontext angewandt. Dessen Ziel ist es, mit Gestaltung die Gesundheit positiv zu beeinflussen. *Evidence-based Design* basiert auf wissenschaftlich fundierten Erkenntnissen, die mittels empirischer Forschungen gewonnen werden. Für Auswertungen werden unter anderem Genesungsdaten von Patient:innen, Dauer von Klinikaufenthalten, Schmerzmittelgaben, Komplikationen oder Anzeichen für Stimmungsunterschiede herangezogen. Anhand der Erhebung und wissenschaftlichen Auswertung werden Erkenntnisse für eine evidenzbasierte Gestaltung gesammelt.

Eine bedeutende Studie für die Wirksamkeit von *Healing Art* stellt die Forschung von Roger S. Ulrich aus dem Jahr 1984 dar. Ulrich untersuchte die Auswirkungen einer Fensteraussicht auf die Genesung von Patient:innen. Diese Studie entstand als *evidence-based Design*-Forschung ausgehend von der These, dass sich Patient:innen nach ihrer Gallenblasenentfernung schneller erholen würden, sobald natürliche Formen in ihrem Blickfeld lägen statt einer schmucklosen Wand. Ein Resultat des naturnahen Ausblicks war eine reduzierte Medikamentengabe. Zudem sprach das Personal im Krankenhaus positiver über jene Patient:innen, die eine Fensterfront im Blick hatten. Die Studie postuliert nicht nur die positive Auswirkung der Natur auf den Genesungsprozess, sondern die gesundheitsförderliche Wirkung einer abwechslungsreichen Umgebung. Ulrich betont die Notwendigkeit der verschiedenen und stimulierenden Blickpunkte in Krankenhäusern, die wichtig bei der Gesundheitsförderung sind. Patient:innen benötigen Ablenkung und etliche vielseitige Sichtweisen. Die oftmals eintönige Krankenhausstimmung ist kontraproduktiv für die Genesung. Dahingegen sei eine Fensteraussicht die benötigte Veränderung, Ablenkung und Abwechslung.^{4, 7}

Tiefgehend befasst sich *Healing Environment* mit der Auswirkung von der Natur bzw. natürlichen Objekten auf den Genesungsprozess. Das alleinige Ansehen einer Pflanze hat gesundheitsfördernde Effekte auf die Betrachtenden, Stress wird reduziert und das nervöse Gefühl in Kliniken oder Praxen minimiert. Die gesetzten Reize bauen negative Auffassungen ab und bringen stattdessen eine Wohlfühl-Atmosphäre und Elemente der Orientierung. Ebendiesen Ansatz verfolgt auch das *Biophilic Design*. Dessen Ziel ist es, die Genesung von Patient:innen anhand von gestalterischen Mitteln der Natur, wie ästhetische Formen von Pflanzen und Gesteinen, positiv zu stimulieren. Hierbei kommt es zu Konzentrationsförderung, Förderung von Orientierung und Grundeinstellung, genauso wie zu einer schnelleren Erholung nach Operationen oder geringeren Schmerzmittelzugaben. Biophilie, die *Liebe zum Lebendigen*, entspricht unserem Bedürfnis nach natürlichen Elementen in unserer Umgebung. Aufgrund von technologischen Entwicklungen und der Digitalisierung schwinden diese allmählich aus unserem Blickfeld und unserem Leben. Das lässt sich auch in sterilen Praxen und Klinik beobachten: Die Technologie nimmt einen immer größer werdenden Platz im Gesundheitsbereich ein. Pflanzen und natürliche Umgebungen müssen dagegen weichen. Dabei brauchen wir Menschen unsere seit Jahrmillionen gewachsene Verbindung zur Natur. Natürlichen Formen haben einen Einfluss auf unsere Gesundheit und Stressreduzierung, sie können die Genesung unterstützen, die kognitive Leistungsfähigkeit stärken und den Gemütszustand erhellen. Elemente und Formen von Wasser etwa können die Aktivität von Patient:innen fördern, Formen, die an Gebirge erinnern, bringen dagegen Ruhe und Entspannung in die Räume.^{4, 6, 8, 9}

Eine weitere an das *evidence-based Design* angepasste Entwicklung ist das *psychosocially supportive design*. Diese Theorien stützen sich ebenfalls auf die Erkenntnis von Ulrich, dass Umwelt und Umgebung einen großen Effekt auf den Genesungsverlauf haben. Ungünstig und zweckwidrig sind die monotonen Gestaltungen in Kliniken, welche die Genesung allein mit der lieblosen Ästhetik nicht voranbringen können. Im Gegensatz hierzu steht die *psychologically supportive design*, die psychologisch unterstützende Gestaltung. Sie unterstützt die Auswirkungen des *Healing Environment* und zielt darauf ab, Patient:innen mit einem angenehmen und gesundheitsfördernden Umfeld zu stärken. Um nun Patient:innen mittels künstlerischer Gestaltung von einem Krankheitsbild Richtung Genesung zu bringen, wird das sogenannte *Salutogenese Design* angewandt. Dieser Aspekt soll das Kohärenzgefühl stärken, welches den Patient:innen ein Gefühl von Kontrolle gibt. In der Designtheorie wird dieses Modell als *Healing Art*-Konzept eingesetzt. Es bewirkt Stressabbau bei Patient:innen und Mitarbeitenden, Ablenkung von kreisenden Gedanken, eine Reduktion des Schmerzempfindens und das Gefühl von Kontrolle, was oft mit einem Verständnis für Behandlungen einhergeht. Mitunter können so Krankenhausaufenthalte verkürzt werden. Ein weiterer Punkt ist die Schmerzmittelzugabe, die häufig reduziert werden kann.⁴

Autorin:

Kimberly Baden, resonanzraum GbR

Hanomaghof 2, 30449 Hannover

E-Mail: hallo@resonanzraum.art, www.resonanzraum.art

Resonanzräume schaffen

Anfang 2021 gründeten wir, ein Team aus sechs jungen Menschen, das Unternehmen resonanzraum. Wir entwickeln anhand von *Healing Art*-Konzepten Wand- und Deckengestaltungen. Diese sind auf die individuellen Bedürfnisse zugeschnitten und unikal. Unser Team schaut sich dazu jede Räumlichkeit an, analysiert die Gegebenheiten und erstellt mitarbeiter:innen- und patient:innenorientierte Konzepte. resonanzraum verkörpert unseren Wunsch und unsere Leidenschaft nach Veränderung in der Gesundheitsbranche: Abwendung von Stress, Hektik, Schnelllebigkeit und Hinwendung zum Menschen und dessen Bedürfnissen. Dabei legen wir den Fokus auf eine Gestaltung mit einzigartigen Elementen, schaffen eine Wohlfühl-Atmosphäre, geben den Orten eine Identität und wirken so heilungsfördernd. *Healing Art* rückt die ganzheitliche Gesundheit in den Vordergrund und stabilisiert Psyche wie Physis.

resonanzraum ist ein Unternehmen mit dem alles-aus-einer-Hand-Siegel. Wir organisieren, reflektieren, forschen, gestalten, entwerfen und setzen alles intern um. Dies fördert eine schnelle Anpassung und Reaktion, wodurch sich neue Möglichkeiten für spontane Änderung ergeben. Durch Nachbereitung anhand von Befragungen werten wir unsere Arbeit aus und können uns aufgrund dessen stetig verbessern. Zudem achten wir bei der Umsetzung auf gesundheitlich unbedenkliches sowie hochwertiges Material und arbeiten ressourcenschonend.

Quellen

- 1 Burg Giebichenstein, Hochschule für Kunst und Design Halle (Hrsg.): Krankenhaus. Relief und Transparenz, Verlag Janos Stekovic, Dössel, 2007: 5-9, 31-39
- 2 Sternberg EM: Heilende Räume. Die Wirkung äußerer Einflüsse auf das innere Wohlbefinden, Crotona Verlag, Amerang 2011: 25, 225-226, 229-230
- 3 Statista: Größte Stressfaktoren in Deutschland nach Geschlecht im Jahr 2016, 2018
- 4 Rehn J: Gesunde Gestaltung. Priming- und Placebo-Effekte als gesundheitsverhaltenswirksame empiriegestützte Gestaltungsmethodik, Springer Verlag, Frankfurt am Main 2019: 26, 37, 45-46, 108-111, 125
- 5 Wiley-VCH GmbH (Hrsg.): Ganzheitliche Gestaltung mit Mehrwert in Management & Krankenhaus, Weinheim, 2020: <https://www.management-krankenhaus.de/topstories/bauen-einrichten/ganzheitliche-gestaltung-mit-mehrwert> (Stand: 04.01.2022)

Die Literaturangaben 6 bis 9 erhalten Sie bei der Wissenschaftsredaktion des Forum Medizin Verlags, E-Mail: medwiss@forum-medizin.de