



© Gestaltung: resonanzraum GbR. Foto: Petr. Magera - unsplash.com

Healing Art als ganzheitlicher Ansatz der Gesundheit

Krankenhäuser, Kliniken und Praxen werden häufig mit sterilen, monotonen und äußerst organisatorischen Einrichtungen in Verbindung gebracht. Hygiene, Sauberkeit und die Funktionen der jeweiligen Bereiche stehen im Fokus. Dieses patientenferne System ist alles andere als bedürfnisorientiert, wohltuend oder gar zufriedenstellend. Die Atmosphäre in Praxen ist jedoch entscheidend für das Wohlempfinden und die Gesundheit der Patienten. Wenn das Umfeld motivierend und aktivierend auf die Patienten wirkt, kann die Heilung und Genesung von Krankheiten sowie die Psyche und Physis gefördert werden [1, 2]. Healing Art ist dieser unterstützende Faktor bei der Gesundheitsförderung.

Eine zustimmende, positive Umgebung unterstützt die Heilung und hilft bei der Genesung der Patienten; in Praxen, Einrichtungen oder auch Kliniken. Die erweiternde Gestaltung der Umgebung durch Healing Art kann neben der strikten und bestimmenden Architektur klare Strukturen geben und Orientierung schaffen, mit deren Hilfe sich die Patienten zurechtfinden können [1].

Ebenso kann eine angepasste Lichtszene Richtlinien geben und Blickpunkte setzen. Das oftmals auftretende einschüchternde und bestimmende Gefühl von Trauer und Krankheit in Krankenhäusern oder Praxen tritt mit einer gesundheitsfördernden Gestaltung seltener auf oder kann ganz eliminiert wer-

den. Das Verweilen von Patienten an Bildern oder verschiedensten Gestaltungselementen schafft Ablenkung. Aufgrund von Interpretationsspielräumen können Reize der Patienten angeregt werden, welche von Ängsten ablenken, positive Gedanken hervorrufen und das Wohlbefinden stärken, wodurch die Heilung gefördert wird [3].

Während in Praxen oder Kliniken die Routine alles übernimmt, können sich die Patienten auf die Reise in ein ästhetisches Abenteuer begeben. Die Räume in Praxen werden zu Räumen mit Atmosphäre und lassen die Patienten eine Abwechslung von ihrem Alltag spüren. Neben den Patienten wird auch das Arbeitspersonal positiv beeinflusst. Mit einer ansprechend gestalteten Arbeitsumgebung kann die Zufriedenheit, und dadurch auch die Effizienz, der Mitarbeitenden gesteigert werden. Eine durch die Gestaltung erzeugte Zufriedenheit kann vorbeugend bei Depressionen und Erschöpfung wirken und dadurch zu gesünderen Mitarbeitenden und einem geringeren Krankenstand führen. Mit Healing Art gestaltete Raumkonzepte helfen also nicht nur den Patienten, sondern auch den Mitarbeitenden [1].

Studien und wissenschaftliche Hintergründe

Für gestalterische und künstlerische Ansätze der Healing Art wird Evidence-based Design

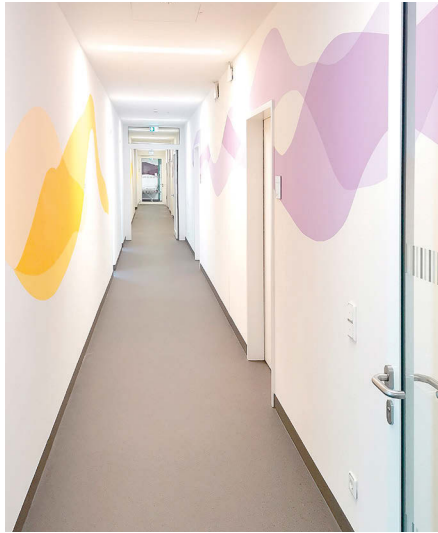
angewandt, welches im internationalen Kontext weit verbreitet ist. Das Ziel von evidenzbasierter Gestaltung ist es, mit Design und Gestaltung die eigene Einstellung gegenüber seiner Gesundheit positiv zu beeinflussen. Evidence-based Design basiert auf wissenschaftlich fundierten Erkenntnissen und Fakten, und ist ein empirischer Forschungsansatz über die Messbarkeit der Wirkung von Design. Hierbei werden physiologische Messergebnisse herangezogen, wie beispielsweise Genesungsdaten, die Dauer des Krankenhausaufenthaltes,



Gestaltung von resonanzraum im Aufwachraum in der Sophienklinik GmbH
Fotograf: Leon Dreischulte, Hannover, 2020

die Menge an verabreichten Schmerzmitteln, die auftauchenden Komplikationen, Anzeiger für Stress, Stimmungen oder die Zufriedenheit der Patienten. So werden also wissenschaftliche Fakten genutzt, um eine evidenzbasierte Gestaltung zu schaffen und die Wirksamkeit von Design zu überprüfen [4, 5, 2].

Die Studie von Roger S. Ulrich aus dem Jahr 1984 zur Wirkung einer Fensteraussicht auf die schnellere Genesung von Patienten war eine der ersten Studien zum Evidence-based Design. Hierbei entwickelte er die These, dass sich Patienten nach einer Operation schneller und besser erholen, wenn sie einen Fensterblick auf die Natur hatten, im Gegensatz zu den Patienten, die eine Backsteinmauer im Sichtfeld hatten. Den getesteten Patienten wurde die Gallenblase entfernt. Die Patienten mit dem naturnahen Ausblick benötigten im Durchschnitt weniger bzw. weniger starke Schmerzmittel und wurden vom Krankenhauspersonal etwas positiver beurteilt. Jedoch bedeutet die Studie nicht, dass nur ein Blick auf natürliche Gegenden stimulierend wirken kann, vielmehr sei die Abwechslung einer Aussicht und verschiedene Blickpunkte gesundheitsfördernd, so betont Ulrich [6, 5].



*Gestaltung von Resonanzraum im Flur der Verwaltung in der Sophienklinik GmbH
Fotograf: Resonanzraum, Hannover, 2021*

Dies verdeutlicht das Bedürfnis von Patienten, Ablenkung erfahren und andere Sichtweisen bekommen zu wollen. Die vorhandene Eintönigkeit und die Fokussierung auf die Schmerzen wirken sich negativ auf die Gesundheit aus und können die Krankheit der Patienten

noch weiter vertiefen. Im Gegensatz hierzu bietet das Fenster einen Ausweg und eine erholsame Abwechslung.

Healing Environment & Biophilic Design

Der Blick auf die Natur oder naturverwandte Objekte liefert eine bewusst wahrnehmbare Veränderung. Mit dieser Thematik befasst sich Healing Environment. Allein die Wahrnehmung einer Pflanze kann gesundheitsfördernde Auswirkungen haben und damit Stress reduzieren, wohingegen die sterile Innenraumgestaltung einer Praxis Unbehagen auslösen kann. Aufgrund von Healing Environment können gezielt Reize eingesetzt werden, welche bei den Patienten positive Auswirkungen haben können wie bspw. die Reduzierung der negativen Gedanken und Gefühle, das Kreieren von Orientierung und Ablenkung [5].

Biophilic Design folgt ebenso den Richtlinien des evidenzbasierten Designs. Das Ziel von Biophilic Design ist die positive Wirkung auf die Genesung von Patienten. Angewandt wer-



Gestaltung von Kimberly Baden & Britta Kröner (resonanzraum) in dem Patient:innenzimmer in der Sophienklinik GmbH

Fotografin: Britta Kröner, Hannover, 2021

den naturorientierte gestalterische Mittel der ästhetischen Natur, wie Formen von Pflanzen, Wasser oder Gesteinen. Auswirkungen des Biophilic Design sind die Konzentrationsförderung, wie auch die Unterstützung der Erholung der Patienten. Biophilie bedeutet übersetzt etwa die Liebe zum Lebendigen und das allgegenwärtige Bedürfnis nach der eigenen Berührung zur Natur. Durch die technologische Entwicklung schwindet unsere Verbindung zur Natur immer weiter und rückt in den Hintergrund. Auch in Praxen oder Kliniken, in denen immer mehr Technologie zum Einsatz kommt und der sterile Ort keinen Platz für pflanzliche Umgebungen schafft, braucht der Mensch die Natur umso mehr. Natürliche Formen und Gestaltungsmittel haben einen positiven Einfluss auf die Patienten, indem es zur Stressreduzierung kommt, die kognitive Leistungsfähigkeit gestärkt wird und der Gemütszustand aufgehellt wird. Nicht nur die bloße Anwesenheit von Pflanzen zeigt diese Auswirkungen, sondern auch die Verwendung von Wasser, welches eine positive Wirkung erzielt und Aktivität schafft [7, 8].

Psychosocially Supportive Design & Salutogenes Design

Psychosocially Supportive Design stützt sich ebenfalls auf Ulrichs Erkenntnis der Einflussnahme der Umwelt auf den Genesungsverlauf der Patienten. Die typische, monotone und lieblose Gestaltung in Krankenhäusern sei kontraproduktiv, sagt Ulrich. Jene Genesung schreite so nicht voran. Fördernd wäre hierbei die psychologisch unterstützende Gestaltung (Psychologically Supportive Design). Dieses Konzept geht einher mit der Healing Environ-

ment und sagt insbesondere aus, wie wichtig es sei, die Patienten mit einem angenehmen und stärkenden Umfeld zu beeinflussen.

Das Modell des Salutogenes Designs zielt darauf ab, die Patienten mittels Gestaltung wieder in Richtung Genesung zu bewegen. Der Fokus liegt darauf, nicht nur die Krankheit zu bekämpfen, sondern die Gesundheit und Heilung zu fördern. Mit dem Salutogenes Design soll das Kohärenzgefühl gestärkt werden, welches den Patienten ein Gefühl von Verständnis und Kontrollierbarkeit schafft. Dies in der Designtheorie angewandte Modell kann als Healing Art Konzept eingesetzt werden. Bewiesenermaßen seien Effekte des Salutogenes Designs folgende: Stressabbau, Ablenkung, Gefühl von Kontrolle und Verantwortung. Darauf folgend können Krankenhausaufenthalte verkürzt werden, die Schmerzmittel geringer eingesetzt werden, die Behandlung zu einem schnelleren und größeren Erfolg führen und die Lebenserwartung ansteigen [5].

Fazit

Healing Art schafft als evidenzbasiertes Konzept heilungsfördernde Ansätze, die den Patienten in Kliniken und Praxen, sowie dem Personal und Mitarbeitenden, Vorteile und Genesungsfortschritte bieten. Unterschiedliche Wandgestaltungen, Formen und Farben können nicht nur die Krankheit reduzieren, sondern auch eine motivierende und arbeitssteigernde Atmosphäre hervorbringen. Gerade in der heutigen Zeit liegt der Fokus zu sehr auf der Digitalisierung und der Schnellebigkeit. Das alles fördert Stress. Wir setzen mit Healing Art auf eine zukünftige Verbesserung

von Gesundheit, Genesung und Stressabbau. In Praxen, Kliniken oder mitarbeiterorientierten Unternehmen ist Healing Art der Anfang einer Veränderung zur gesundheitsfördernden Umgebung.

Kimberly Baden | resonanzraum GbR
www.resonanzraum.art

Keywords: Heilungsfördernde Raumgestaltung, Praxisgestaltung, Healing Art, Salutogenes Design, Biophilic Design, Studien

Literatur:

- [1] Burg Giebichenstein, Hochschule für Kunst und Design Halle (Hrsg.). *Krankenhaus. Relief und Transparenz*. Dössel: Verlag Janos, 2007: S. 5–9, 31–39.
- [2] Sternberg EM. *Heilende Räume. Die Wirkung äußerer Einflüsse auf das innere Wohlbefinden*. Amerang: Crotona Verlag, 2011: S. 25, 225–226, 229–230.
- [3] 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> (Zugriff: 04.01.2022)
- [4] Grüner I (Hrsg.) in *Zusammenarbeit mit dem Robert-Bosch-Krankenhaus GmbH. Healing Art. Wie Kunst im Krankenhaus Heilung fördert*. Stuttgart: avedition, 2019: S. 11.
- [5] Rehn J. *Gesunde Gestaltung. Priming- und Placebo-Effekte als gesundheitsverhaltenswirksame empiriegestützte Gestaltungsmethodik*. Frankfurt/Main: Springer Verlag, 2019: S. 26, 37, 45–46, 108–111, 125.
- [6] Wilke D. *Einfluss des Ausblicks aus dem Fenster auf den postoperativen Heilungsverlauf*, Dissertation, Rheinische Friedrich-Wilhelms-Universität Bonn, Bonn, 2020: Online-Ausgabe in bonndoc: <https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:hbz:5-59810>
- [7] Arvay CG. *Der Biophilia-Effekt. Heilung aus dem Wald*. Wien: edition a, 2015, 130: 5.
- [8] Brichetti K, Mechsner F. *Heilsame Architektur. Raumqualitäten erleben, verstehen und entwerfen*. Bielefeld: transcript Verlag, 2019: S. 102–103, 120.