

# Das *Familienhaus*

7 MODULE zum Planen

auf der Grundlage von familiengerechten Raumkonzepten



# Inhaltsverzeichnis

## **Einleitung** ~~Psychologie des Wohnens~~

---

### **Planen ist Ordnen**

### **Sieben Module für familiengerechte Raumkonzepte**

MODUL 1 - Individuelle Bedürfnisanalyse

MODUL 2 - Partnerschaftliche Bedürfnisanalyse

MODUL 3 - Wohnbedürfnisse von Kindern

MODUL 4 - Familien im Lebenszyklus

MODUL 5 - Gemeinschaftsbereiche des Wohnens

MODUL 6 - das persönliche Wohnen

MODUL 7 - Raumkonzepte als Planungsgrundlage

## **MODUL 1 - Individuelle Bedürfnisanalyse** ~~Ohne Achtsamkeit geht es nicht~~

---

### **Leise und versteckte Bedürfnisse**

### **Übung - Der inneren Stimme lauschen**

### **Träume Dich selbst**

Übung - Das persönliche Traumzimmer

### **Persönliche Wohnerfahrungen**

Übung - Persönliche Wohngeschichte

### **Bauen mit allen Sinnen**

Übung - Die Sprache der Seele ist das Bild

Begreifen womit man baut

Übung - Materialqualitäten

## **Worum es wirklich geht**

Übung - Warum Bauen

## **Lebensstil**

Übung - Hobbys und Lebensstil

## **Welche Farben? - ein wenig Farbpsychologie**

## **Planungsrelevante Fragen**

## **Zusammenfassung**

Übung - Zusammenfassung der persönlichen Wohnbedürfnisse

## **MODUL 2 - Partnerschaftliche Bedürfnisanalyse** ~~**Hausbauen als partnerschaftliches Projekt**~~

---

### **Bauen ist Männersache, Wohnen ist Frauensache**

### **Bedürfnisanalyse für Paare**

Eine gemeinsame Linie

Muster für ein gemeinsames Plakat

Gemeinsame Bedürfnisse

Gemeinsame Entscheidungen

## **MODUL 3 - Wohnbedürfnisse von Kindern** ~~**Kindergerechte Wohnumwelt**~~

---

### **Entwicklungsbedürfnisse von Kindern**

Sicherheit und Schutz

Geborgenheit

Anregung zum Spiel

Funktionen des Spiels für die kindliche Entwicklung

Erforschen der Umwelt

Kontakt mit anderen Kindern

Entwicklung von Fähigkeiten

Bewegung

Rückzug und persönlicher Raum

## **Kinder in die Planung einbeziehen**

### **Empfehlungen für kindgerechtes Bauen**

Der kindliche Maßstab

Licht, Farben und Beleuchtung

Raumform und Raumhöhe

Raumgliederung

Einrichtung und Ausstattung

Kindgerechte Außenräume

### **Zusammenfassung**

## **MODUL 4 - Familien im Lebenszyklus**

### **~~Auszug aus dem Elternhaus~~**

---

#### **Leben als Paar**

#### **Familie mit Säugling und Kleinkind bis 2 Jahre**

Entwicklungsaufgaben im Kleinkindalter

Wohnfunktionen im Kleinkindalter

#### **Familie mit Kindern im Vorschulalter - 2 bis 6 Jahre**

Entwicklungsaufgaben im Vorschulalter

Wohnfunktionen im Vorschulalter

Vermeidung von Nutzungskonflikten

#### **Familie mit Schulkindern bis 12 Jahre**

Entwicklungsaufgaben für Kinder im Schulalter

Wohnfunktionen für Kinder im Schulalter

#### **Familie mit Jugendlichen ab 12 Jahren**

Entwicklungsaufgaben für Jugendliche

Wohnfunktionen für Jugendliche

#### **Familie nach Auszug der Kinder**

#### **Leben im Alter**

## **Wohnen und Fernsehen**

### **MODUL 5 - Gemeinschaftsbereiche des Wohnens** ~~Funktionen des Wohnens~~

---

Übung – Kochen, Essen, Wohnen ....

das offene Wohnen

das konventionelle Wohnen

das funktionale Wohnen

#### **Das Familienzentrum**

Zur Geschichte des Familienzentrums

Die Vorteile des Familienzentrums

Planungshinweise für das aktive Familienzentrum

Die Planung Ihres aktiven Familienzentrums

Ein Familienzentrum für alle Lebensphasen

#### **Das ruhige Wohnzimmer**

Vorteile des ruhigen Wohnzimmers

Planungshinweise für das ruhige Wohnzimmer

Die Planung für Ihr ruhiges Wohnzimmer

#### **Der kommunikative Eingangsbereich**

#### **Der integrierte Außenbereich**

#### **Zusammenfassung**

### **MODUL 6 - das persönliche Wohnen** ~~Ein eigener Raum – auch für die Eltern?~~

---

#### **Das Kinderzimmer und seine Anforderungen**

Die bedürfnisgerechte Gestaltung des Kinderzimmers

Die Ausstattung von Kinderzimmern

#### **Die richtige Lage von Zimmer im Wohnungsverbund**

Nutzungsvarianten in den Lebenszyklen

#### **Persönliche Gestaltung**

## **Raumpychologie**

### **Symbole beim Bauen und Wohnen**

Das Dach

Die Wände

Die Türen

Die Fenster

Der Außenraum

Zäune

### **Farbpsychologie**

Physiologische Wirkung von Farben

Psychologische Wirkung von Farben

Symbolische Wirkung von Farben

Farben für die Funktion und Nutzung von Räumen

Farbwirkung im Raum

Farbgestaltung in bestehenden Räumen

### **Wahrnehmungsstress**

#### **Vermeidung von Wahrnehmungsstress beim Bauen**

## **MODUL 7 - familiengerechte Raumkonzepte**

### ~~**Familiengerechte Raumkonzepte in der Planung**~~

#### **Planungsgrundsätze für familiengerechtes Wohnen**

#### **Raumkonzept als Synthese**

#### **Darstellung eines Raumkonzeptes**

#### **Muster - Raumkonzept**

#### **Raumblatt mit Angaben zur Funktion und Nutzung**

#### **Literaturempfehlungen**

# Einleitung

## Psychologie des Wohnens

Mehr denn je ist es für uns Menschen wichtig, einen Ort zu haben, an dem wir emotional auftanken können, der mit positiven Gefühlen, mit angenehmen Erinnerungen und mit Behaglichkeit besetzt ist. Der Wunsch nach einem Eigenheim verdeutlicht diesen Umstand. Dieser Wunsch ist gleichzusetzen mit dem Wunsch nach Heimat, Stabilität, Familienleben und nach einer stressfreien Zone. Die positiven Gefühle, die damit einhergehen, sind ein psychischer Anker in einer Welt des stetigen Wandels und der Unbeständigkeit. Positive Gefühle unterstützen den Aufbau und die Pflege von sozialen Beziehungen, sie erleichtern das Lernen, fördern Kreativität, wirken sich positiv auf unsere Gesundheit aus, indem sie Stressreaktionen abbauen und verbessern unsere psychischen Fähigkeiten, wie Widerstandsfähigkeit, Zielgerichtetheit und Optimismus.

### **Wohnung als Ort der positiven Gefühle**

Diese Wirkungen der positiven Gefühle sind durch neuere Forschungen der Psychologie bestätigt. Allein der Einfluss unserer Umgebung, unserer Wohnungen, unserer Wohnumwelt auf diese Gefühle wurde bisher wenig thematisiert, liegt jedoch auf der Hand. Wohnpsychologie wurde bisher im Grunde nur von außerpsychologischen

Fachrichtungen betrieben. Feng Shui, als alte chinesische Lehre, hat diese Thematik und die damit verbundenen Bedürfnisse aufgegriffen und im Westen umgesetzt. Hier spricht man von Energie, wo der psychologische Terminus Aufmerksamkeit wesentlich korrekter ist. Wird unsere Aufmerksamkeit nach außen gelenkt, können wir nicht zentriert bleiben, sind nicht bei uns und daher nicht stabil. Ein Raum, der die Aufmerksamkeit eines Menschen nicht bündeln kann, der ihn nicht unterstützt zu sich selbst zu kommen, trägt wenig zur psychischen Gesundheit bei. Wir sind in ständigem Austausch mit unserer Umwelt und sollten diese Umwelt daher so gestalten, dass diese positiv auf uns zurück wirkt.

Die Wohnpsychologie hat noch keine lange Tradition und daher noch kein klares Profil. Die Beziehung des Menschen zu seiner räumlichen Umwelt ist jedoch ein psychologisches Thema und wird in dieser Schriftenreihe auch so behandelt. Es werden also psychologische Erkenntnisse und Methoden verwendet um das Ziel, ein familiengerechtes Eigenheim, zu erreichen.

Diese Module geben den einzelnen Menschen und der Familie als Gruppe Unterstützung bei der Schaffung einer bedürfnisgerechten Wohnumgebung, als eine Voraussetzung für das Erleben von positiven Gefühlen.

Sehr schnell kann das Zuhause anstatt zu einem Ort des Wohlbehagens zu einem Ort des Konfliktes, des Ärgers und von Stress werden. Nicht selten hat das mit Fehlplanungen zu tun, die vorerst kaum ins Auge fallen aber im Familienalltag gravierende Folgen haben. Diese kritischen Punkte werden in den sieben MODULEN von „das Familienhaus“ behandelt. Auf der Grundlage wohnpsychologischer Erkenntnisse werden Sie

Raumkonzepte und Planungsgrundsätze kennen lernen, die eine nachhaltige Zufriedenheit mit Ihrem Heim sichern.

## **Planen ist Ordnen**

Das Ziel jeden Bauens ist es, für das Leben und Wohnen optimale Voraussetzungen zu schaffen. Für Familien bedeutet dies vor allem, so zu bauen, dass sich die Kinder optimal entfalten können und das Zusammenleben der Familie harmonisiert. Dazu sind entsprechende räumliche Voraussetzungen notwendig. Diese MODULE werden den Weg dahin aufzeigen. Die Bauwirtschaft vermittelt oft den Eindruck: „Bauen ist eine rein technische Angelegenheit, und wie Wohnungen gestaltet sein sollten, ist sonnenklar.“ Doch die Ergebnisse lassen uns daran zweifeln. Es gibt immer wieder Wohnungen, die zu ständigen Nutzungskonflikten, vor allem zwischen Eltern und Kindern, führen. Häufig werden diese Konflikte jedoch anderen Umständen zugeschrieben. Das Kind, das aus Platzmangel in der Küche nicht bei der Mutter spielen kann und daher „lästig“ wird, oder der Jugendliche, der sich kontrolliert fühlt und daher auf inneren Rückzug geht, sind Beispiele für die Folgen unpassender Wohnungsgrundrisse. Was Familien wirklich brauchen um harmonisch zusammen leben zu können, ergibt sich aus den Entwicklungsphasen der Kinder und aus den damit zusammen hängenden Lebensphasen der Familie.

**Problemzonen werden nicht erkannt**

Der Weg zur familiengerechten Wohn- und Raumkonzeption gliedert sich in sieben Schritte. Weil es keine Einheitslösungen gibt und jede Familie den eigenen Weg

finden muss, werden Ihnen zunächst Methoden vorgestellt, sich mit persönlichen Wohnbedürfnissen auseinander zu setzen. Für den/die Planer/in ist es wichtig, die Menschen zu kennen, für die er/sie plant bzw. baut.

Das **MODUL 1** ist daher Ihren persönlichen Bedürfnissen gewidmet, die im **MODUL 2** im Sinne einer partnerschaftlichen Bedürfnisanalyse zu einer gemeinsamen Synthese gebracht werden.

In der Folge werden im **MODUL 3** die Bedürfnisse von Kindern betrachtet, die sich aus den Entwicklungserfordernissen ergeben. Die Lebensphasen der Kinder verlangen unterschiedliche Wohnvoraussetzungen bzw. Nutzungsmöglichkeiten. Daher werden im **MODUL 4** die Veränderungen von Familien im gesamten Lebenszyklus und deren Auswirkungen auf das Wohnen besprochen.

**Wohnen mit kleinen Kindern ist eine Herausforderung**

Das Wohnen als Paar ist ganz unterschiedlich im Vergleich zum Wohnen mit kleinen Kindern, und wiederum ganz anders ist das Wohnen mit größeren Kindern oder Jugendlichen. Häufig komplett unberücksichtigt bleibt das Wohnen im Alter.

Im **MODUL 5** erhalten Sie Vorschläge für eine familien- und kindergerechte Gestaltung der Gemeinschaftsbereiche und im **MODUL 6** werden Ihnen wohnpsychologische Ansätze für die Gestaltung der persönlichen Bereiche des Wohnens vorgestellt.

Die individuelle und partnerschaftliche Bedürfnisanalyse, die Wohnbedürfnisse von Kindern im Lebenszyklus von Familien und deren Auswirkungen auf die Gemeinschafts- und

Individualbereiche sind die Basis für familiengerechte Raumkonzepte, die in **MODUL 7** vorgestellt werden.

Diese Raumkonzepte sollten unbedingt bereits vor der Phase der Planung von Häusern und Wohnungen erstellt werden.

## **Sieben Module für familiengerechte Raumkonzepte**

- **MODUL 1** - Individuelle Bedürfnisanalyse
- **MODUL 2** - Partnerschaftliche Bedürfnisanalyse
- **MODUL 3** - Wohnbedürfnisse von Kindern
- **MODUL 4** - Familien im Lebenszyklus
- **MODUL 5** - Gemeinschaftsbereiche des Wohnens
- **MODUL 6** - Das persönliche Wohnen
- **MODUL 7** - Familiengerechte Raumkonzepte

Vorweg eine kurze Erläuterung der sieben MODULE, die im weiteren Text genauer beschrieben werden.

### **MODUL 1 - Individuelle Bedürfnisanalyse**

In diesem MODUL möchte ich Sie motivieren, sich mit Ihren persönlichen Wünschen und Bedürfnissen zu beschäftigen und empfehle Ihnen die Durchführung einiger Übungen, wie z.B.:

**die persönlichen Wohnbedürfnisse - eine Reise nach Innen**

- meine persönliche Wohngeschichte
- mein persönliches Traumzimmer
- wieso möchte ich ein Haus bauen
- Collage der persönlichen Bilder
- Fragenkatalog zur Bedürfnisanalyse

Anhand dieser Übungen werden Sie erkennen, dass es Bedürfnisse gibt, die sich sehr leise ausdrücken und Ihnen kaum bewusst sind. In der Hektik unseres Alltags verlieren wir immer öfter das Gefühl dafür, was uns wirklich gut täte. Damit das Haus zu einer Oase Ihres persönlichen Wohlbefindens wird und der Ort Ihres Zuhause-seins, wo Sie ankommen können, sollten Sie auf diese leisen, sehr persönlichen Bedürfnisse achten. Es ist wichtig, gerade diese Bedürfnisse in eine Sprache zu kleiden, damit sie nicht verloren gehen, dann mit dem Partner diskutiert und in die Planung eingebaut werden können.

## **MODUL 2 - Partnerschaftliche Bedürfnisanalyse**

Durch die Übungen der ersten Phase, wird Ihnen deutlich werden, wie unterschiedlich wir Menschen in unserer Geschichte und unseren Bedürfnissen sind. Allein wenn man bedenkt, dass viele Menschen Behaglichkeit und Wohlbefinden erleben, wenn sie gewisse Dinge ihrer Kindheit wieder erleben dürfen. Die Geborgenheit von damals ist unwiederbringlich, kann aber wieder rekonstruiert werden. Es kann sein, dass Sie durch einen bestimmten Stoff an den Schaukelstuhl des Großvaters erinnert werden und Sie sich dadurch die guten Gefühle von damals wieder zurückholen; oder die Aussicht auf einen Berg stellt die Brücke zu Erinnerungen dar, die Ihnen sehr wertvoll sind.

## eine gemeinsame Ordnung schaffen

Gehen Sie auf diese Entdeckungsreise und Sie werden merken, es ist ganz unmöglich, dass sich zwei Menschen in all ihren Bedürfnissen decken. Bereits vor der Planung eines Hauses ist es wichtig, die Bedürfnisse aller Familienmitglieder zu vergleichen und die Planung daraus abzustimmen.

Das Hausbauen wird nur dann von Erfolg gekrönt sein, wenn die Bedürfnisse aller Familienmitglieder zu einer Synthese gebracht worden sind.

**MODUL 2** stellt Ihnen dazu u.a. folgende Methoden vor:

- Ergebnisse der Übungen darstellen und diskutieren
- Auswertung des Fragenkatalogs mit Planungshinweisen
- gemeinsame Collage der persönlichen Bilder

## **MODUL 3 - Wohnbedürfnisse von Kindern**

Wenn Wohnbedürfnisse für Erwachsene bereits sehr wichtig sind, ist eine familiengerechte Wohnung für Kinder umso bedeutsamer. Kinder sind auf ihre Umgebung angewiesen und benötigen eine liebende, beschützende aber auch eine anregende Umwelt. Das Wichtigste sind natürlich liebende Eltern, aber auch die räumliche Umwelt spielt eine nicht zu unterschätzende Rolle für die Entwicklung unserer Kinder.

Die Wohnbedürfnisse von Kindern werden im **MODUL 3** aus den notwendigen Entwicklungsschritten abgeleitet. Jede Phase der Entwicklung erfordert andere Wohnbedingungen. Ein Kleinkind braucht Nähe, ein Jugendlicher Distanz. Doch wie kann das im Wohnen realisiert werden?

---

## **Wohnbedürfnisse von Kindern sind Entwicklungsbedürfnisse**

Die wesentlichen Bedürfnisse von Kindern werden in diesem **MODUL 3** beschrieben, und daraus abgeleitete Empfehlungen für das Wohnen und Planen gegeben.

Diese Bedürfnisse sind:

- Sicherheit und Schutz
- Geborgenheit
- Anregung zum Spiel
- Erforschen der Umwelt
- Kontakt mit Gleichaltrigen
- Entwicklung von Fähigkeiten
- Rückzug und persönlicher Raum

Diese Planungsrichtlinien sind von ganz besonderer Bedeutung, wenn ein junges Paar vor der Planung des Eigenheimes steht und noch alle Phasen einer Familienentwicklung vor sich hat.

## **MODUL 4 - Familien im Lebenszyklus**

Die Bedürfnisse von Familien ändern sich. Vom Leben als junges Paar bis zum Leben nach dem Auszug der Kinder, ergeben sich sieben Phasen, die im **MODUL 4** beschrieben werden.

**eine Familie ist in stetem Wandel**

Die Sieben Phasen im Lebenszyklus einer Familie:

- Leben als Paar
- Familie mit Kleinkind
- Familie mit Vorschulkind
- Familie mit Schulkind
- Familie mit Jugendlichen
- Auszug der Kinder
- Leben im Alter

Die Lebensbedingungen dieser Phasen ergeben verschiedene Erfordernisse, die sich im Wohnen nieder schlagen sollen. Hausgrundrisse und Wohnungen sollten so flexibel sein, dass sie sich diesen Phasen anpassen können und nicht umgekehrt, sich die Menschen den Bedingungen anpassen müssen.

## **MODUL 5 - Gemeinschaftsbereiche des Wohnens**

Die Gestaltung der Gemeinschaftsbereiche ist wesentlich für die Harmonie des Familienlebens. Entstehen durch die Raumaufteilung zu viele Nutzungskonflikte, kann dies eine negative Wirkung auf das Zusammenleben haben.

Die Qualität von Raumkonzepten hängt also stark davon ab, inwieweit die Gemeinschaftszonen den Anforderungen des sich wandelnden Familienlebens und den Entwicklungsbedingungen der Kinder gerecht werden. Durch eine Gliederung in Nutzungszonen werden Nutzungskonflikte vermieden und variables Wohnen, also verschiedene Tätigkeiten zur selben Zeit, möglich. Der Kernpunkt eines familiengerechten Raumkonzeptes ist das Familienzentrum als Zentrum des aktiven Lebens. Als Gegenpol ist jedoch auch ein ruhiger Bereich erforderlich. Häufig wird die Anordnung für die Funktionen Kochen, Essen, Wohnen zu wenig auf die wirklichen Bedürfnisse von Familien abgestimmt. Im [MODUL 5](#) lernen Sie Wohnmodelle

kennen, die für das Zusammenleben von Familien in unterschiedlichen Konstellationen geeignet sind.

## **MODUL 6 - das persönliche Wohnen**

So wie die Gemeinschaftsbereiche zum Gelingen des Familienlebens beitragen, benötigt jede Person einen privaten Bereich, den er/sie ganz nach den individuellen Vorlieben gestalten kann. Privatheit ist ein wesentlicher Teil des menschlichen Lebens. Daher sollte für alle Familienmitglieder die Regelung der eigenen Privatheit möglich sein. Um den wechselnden Anforderungen der Familie gerecht zu werden, ist auch hier eine Nutzungsoffenheit von Vorteil. Die Zimmer sollten also austauschbar sein.

### **persönlichen Raum schaffen**

Einige Aspekte, die im **MODUL 6** behandelt werden, sind:

- richtige Lage der Zimmer im Wohnungsverbund
- persönliche Gestaltung durch Symbolik
- Farbpsychologie und Raumpychologie

## **MODUL 7 - Familiengerechte Raumkonzepte**

Die Informationen aus den ersten sechs Phasen fließen in Ihrem individuellen Raumkonzept zusammen. Aus der Fülle von Informationen, die sich durch die Ergebnisse der Übungen und aus den Überlegungen zu den Entwicklungsphasen von Kindern und von Familien ergeben haben, können Sie mit den vorgeschlagenen Methoden ein Raumkonzept erstellen, das die Grundlage für eine solide

Planung darstellt. Dazu ist eine Darstellungsform notwendig, die Veränderungen und Korrekturen auf einfache Weise zulässt. Ich habe die schematische Darstellung der Räume mit Zuordnungen in Form von Kreisen und Ellipsen gewählt. Die Aufgabe der Planung ist es dann, diese Zuordnungen in konkrete Räume zu formen.

### **Voraussetzungen für eine solide Planung**

Dem Planer können Sie als Grundlage für seine Arbeit folgende Informationen weiter geben:

- schematisches Raumkonzept mit Raumgrößen, Raumfunktionen, Raumzuordnungen und Nutzungsvarianten;
- einzelne Raumblätter mit Angaben zur Funktion dieser Räume;
- nach Bedarf weitere Ergebnisse Ihrer Übungen;

Mit der Bearbeitung dieser sieben MODULE haben Sie sich dafür entschieden, die Planung Ihres Traumhauses klar und geordnet vorzubereiten. Damit steht die weitere Planung auf soliden Füßen, weil die Bedürfnisse aller Familienmitglieder, die Entwicklungsphasen der Kinder und spätere Lebensphasen berücksichtigt wurden.