

# Mental Health und Biophilic Design



**Antje Waterholter**

## **Mental Health und Biophilic Design**

*Wie Nutzerinnen und Nutzer mit Pflanzen gestaltete  
Arbeitsumgebungen erleben und sich darin verhalten*

Bibliografische Informationen der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.ddb.de> abrufbar

Umschlagfoto mit freundlicher Genehmigung  
von Oxygen at Work AG, Zürich/CH

ISBN 978-3-96138-178-4

© 2019 Wissenschaftlicher Verlag Berlin

Olaf Gaudig & Peter Veit GbR

[www.wvberlin.de](http://www.wvberlin.de) / [www.wvberlin.com](http://www.wvberlin.com)

Alle Rechte vorbehalten.

Dieses Werk ist urheberrechtlich geschützt.

Jede Verwertung, auch einzelner Teile, ist ohne Zustimmung des Verlages unzulässig. Dies gilt insbesondere für fotomechanische Vervielfältigung sowie Übernahme und Verarbeitung in EDV-Systemen.

Druck und Bindung: SDL – Digitaler Buchdruck, Berlin

Printed in Germany

€ 22,00

# Inhaltsverzeichnis

<b>Vorwort .....</b>	<b>7</b>
<b>Informationsgrafik .....</b>	<b>10</b>
<b>1 Einleitung .....</b>	<b>11</b>
1.1 Zielsetzung und Fokus .....	12
1.2 Fragestellungen und Forschungslücke .....	13
1.3 Methodische Vorgehensweise .....	13
<b>2 Eingrenzung des Untersuchungsgegenstandes .....</b>	<b>15</b>
2.1 Biophilic Design als physischer Faktor .....	15
2.2 Umweltwahrnehmung als psychologischer Prozess .....	15
2.3 Mental Health als positiver emotionaler Zustand .....	16
2.4 Die Mensch-Umwelt-Beziehung als Rahmen .....	16
<b>3 Theoretische Grundlagen und Forschungsstand.....</b>	<b>17</b>
3.1 Das Wohlbefinden im Raum .....	17
3.2 Biophilc Design.....	18
3.2.1 Die Biophilia Hypothese .....	18
3.2.2 Die psychologisch wirksamen Merkmale des Biophilic Design.....	19
3.3 Die Umweltwahrnehmung .....	22
3.3.1 Sensorische Wahrnehmungen .....	22
3.3.2 Emotionale Wahrnehmungen und Reaktionen.....	23
3.3.3 Positive Emotionen .....	26
3.3.4 Atmosphären .....	27
3.5 Mental Health .....	28
3.5.1 Das Wohlbefinden aus Sicht der Positiven Psychologie.....	30
3.5.2 Subjektives Wohlbefinden und der hedonistische Ansatz .....	32
3.5.3 Psychologisches Wohlbefinden und der eudaimonische Ansatz .....	33
3.5.4 Flourishing .....	34
3.6 Die Mensch-Umwelt-Beziehung.....	35
3.6.1 Die Aneignung des Raumes .....	37
3.6.2 Die Betrachtungsperspektive von Mensch und Umwelt .....	37

<b>4 Beantwortung der analytischen Subforschungsfragen .....</b>	<b>39</b>
<b>5 Empirische Untersuchung .....</b>	<b>44</b>
5.1 Qualitätssicherung .....	44
5.2 Stichprobe.....	44
5.3 Dokumentenanalyse .....	45
5.4 Interviewgestaltung und Methodik.....	46
5.5 Interviewleitfaden und Kategorienschema.....	48
5.6 Transkription und Analyse der Interviews .....	48
5.7 Ergebnisdarstellung nach Kategorienschema.....	49
5.7.1 Kategorie Kompetenzen.....	49
5.7.2 Kategorie Erleben und Verhalten.....	53
5.7.3 Kategorie Naturverbundenheit .....	62
5.7.4 Kategorie Positive Interventionen.....	64
5.7.5 Kategorie Subjektive Einschätzung .....	68
<b>6 Beantwortung der empirischen Subforschungsfragen.....</b>	<b>70</b>
<b>7 Conclusio und Ausblick .....</b>	<b>75</b>
7.1 Verknüpfung theoretischer Ausführungen und empirischer Ergebnisse..	75
7.2 Beantwortung der Hauptforschungsfrage.....	78
7.3 Kritische Reflexion der Studie und Erkenntnisse .....	80
7.4 Empfehlungen .....	81
7.5 Ausblick .....	82
<b>8 Literaturverzeichnis .....</b>	<b>84</b>
<b>9 Anhang.....</b>	<b>89</b>
9.1 Protokolle Vorgespräche und Interviewanfragen.....	89
9.2 Interviewleitfaden.....	99
9.3 Kodierleitfaden (gekürzte Version).....	110