

DEIN NEUES ZUHAUSE

Der Fragebogen zur Bedürfnisanalyse

PDF ZUM DOWNLOAD

Autor und Urheberrecht Herbert Reichl www.planen-und-wohnen.at www.hochsensibel-wohnen.at

Der persönliche Wohnbedürfnis - Check

Was bedeutet Wohnqualität für Sie persönlich?



Dieser Fragebogen bezieht sich auf jene Teile der 10 Faktoren, die individuell unterschiedlich ausgeprägt sein können. Hier geht es also um Ihre persönlichen Wohnwünsche und Bedürfnisse. Wir bitten Sie daher, diese Fragen persönlich zu betrachten, unabhängig davon inwieweit Sie als Paar bereits gemeinsame Ideen für das spätere Wohnen entwickelt haben. Wohnen ist zunächst die Verortung (in Räumen ausgedrückt) Ihrer individuellen Bedürfnisse. Dann kann man als nächsten Schritt diese Ergebnisse mit dem Partner vergleichen. Wir gehen hier den Weg vom ICH zum DU und weiter zum WIR. Dies bedeutet folgendes Vorgehen:

- Festhalten der individuellen Wohnbedürfnisse und Wünsche
- Vergleich mit den Ergebnissen des Partners und Festhalten von Unterschieden
- Diskussion dieser Unterschiede und wo es notwendig ist, Lösungen entwickeln, die die Bedürfnisse beider Partner einschließen
- Festhalten eines gemeinsamen Planungskonzeptes

Das wird Ihnen dieser Fragebogen bringen:

- Sie haben die Möglichkeit über viele Aspekte des Wohnens gründlich nachzudenken und Ihre persönlichen Wünsche zu formulieren
- Sie bekommen einen besseren Überblick und können damit vermeiden, dass Sie wesentliche Aspekte übersehen
- Sie können mit diesen Angaben dazu beitragen ein bedürfnisorientiertes Planungskonzept zu entwickeln und damit die Grundlage für Ihre individuelle Wohnqualität
- Sie können Ihre Wohnbedürfnisse mit denen Ihres Partners vergleichen, und sehen damit, wo Sie übereinstimmen und wo es Diskussions- und Lösungsbedarf gibt
- In der Auseinandersetzung mit den Wohnbedürfnissen werden Sie mehr Klarheit für das Wesentliche gewinnen und können damit vermeiden, dass Modeerscheinungen allzu sehr in den Vordergrund rücken oder fremde Meinungen Ihre Bedürfnisse überdecken

Diese Fragen verlangen teilweise etwas Zeit um darüber nachzudenken, nicht alles wird sofort evident sein. Daher ist es hilfreich, zu beobachten, wie man in bestimmten Situationen reagiert um daraus die richtigen Schlüsse zu ziehen. Schließlich geht es darum, Lebensräume zu schaffen, die Ihnen persönlich gut tun.

Nicht behandelt werden in diesem Fragebogen die Themen der Lebensphasen (Entwicklungsmöglichkeiten der Kinder und aktives älter werden) sowie die Fragen nach einem Gesunden Lebensraum, weil diese Themen weniger von individuellen Vorlieben abhängen. Diese werden jedoch im Schritt 1 (Qualitätsfaktoren) erklärt und im Planungskonzept integriert.

Nicht alle dieser Fragen sind für die Planung relevant, sondern kommen erst später bei der Innenraumgestaltung und Einrichtung zum Tragen. (z.B. Farbgestaltung oder Materialien)

Im Text enthaltene Verweise sind so zu verstehen:

- Übungsblatt: zu diesem Thema gibt es ein Übungsblatt, das Sie bearbeiten können
- Angaben von 1 10: Geben Sie als Antwort eine Bewertung ab, wobei 1 bedeutet gar nicht und 10 sehr häufig

•

Gliederung der individuellen Wohnbedürfnisse

- 1. Bedürfnis nach Repräsentation, Eigentum und Status
 - Eigentum gibt Sicherheit
 - Darstellung des gesellschaftlichen Status
 - Darstellung der persönlichen Werte
- 2. Bedürfnis nach Erholung und Regeneration
 - Angenehme Wahrnehmung, Wahrnehmungsqualität / Wahrnehmungsstress
 - Naturkontakt
 - Regulationsmöglichkeiten
 - Nähe und Distanz
 - Vermeidung von wohnbedingten Stressfaktoren
- 3. Nähe und Distanz
 - Rückzugsmöglichkeiten, persönlicher Bereich
 - Abgrenzungsmöglichkeiten (visuell, akustisch)
- 4. Bedürfnis nach Zusammensein
 - Familienleben
 - Regulation von Nähe und Distanz
 - Vermeiden von Nutzungskonflikten
 - Nachbarschaftskontakte
- 5. Bedürfnis nach Sicherheit, Geborgenheit und Behaglichkeit
 - Einblick, Ausblick
 - Räumliche Geborgenheit sehen ohne gesehen zu werden
 - Regulation von Nähe und Distanz
 - Wahrnehmungsqualitäten, Wahrnehmungsstress, Wahrnehmungsregulation
- 6. Bedürfnis nach Effizienz und Ordnung
 - Einfachheit Haus- und Gartenarbeit
 - Hausarbeit und Kinderaufsicht
 - Funktionelle Aspekte
 - Staumöglichkeiten
- 7. Selbstentfaltung
 - Nutzungsmöglichkeiten
 - Gestaltungsmöglichkeiten
- 8. Ressourcenschonung
 - Finanzielle Belastung
 - Zeitliche Belastung
 - Sonstige Belastung

1. Angenehme Wahrnehmung

Welche Wahrnehmungsqualitäten sind für Sie besonders wohltuend, welche Stressfaktoren belasten Sie, und sollten damit vermieden werden? Eine hohe Wahrnehmungsqualität in der Wohnung und Wohnumgebung wirkt auf längere Sicht sehr positiv auf unser Nervensystem und kann Phänomenen wie dem Burn Out vorbeugen. Wahrnehmungsqualitäten sind also ein wesentlicher Beitrag für unsere Gesundheit. Dabei sollten alle Sinne berücksichtigt werden, also auch der Geruchssinn oder der Tastsinn.

ICh	MAN	ιριζρ	00	
ILII	2011	ieße	CJ.	

		1	2	3	4
	wenn ich mich in einem Raum aufhalte, der sehr vielfältig gestaltet ist				
	wenn Ich mich in einem Raum aufhalte, der sehr schlicht gestaltet ist				
	wenn der Innenbereich offen und weit in den Außenbereich übergeht				
	Räume eine in sich geschlossene Einheit bilden				
	Natur und natürliche Gestaltung zu sehen				
	die Natur auch im Innenraum zu erleben				
	mich in hellen lichtdurchfluteten Räumen aufzuhalten				
	ständig frische Luft einatmen zu können				
	angenehme Oberflächen zu berühren				
Gibt	es Farben, die Sie besonders bevorzugen? - Siehe Übungsblatt Farbwirkung				
	en Sie ein Bild, das in Ihnen besonders angenehme Empfindungen auslöst – s	ehe Übun	gsblatt v	visuelle	
		iehe Übun	gsblatt v	visuelle	

Ich r	nöchte vermeiden,				
		1	2	3	4
	dass zu viele Reiz, Unruhe in mir erzeugen				
	dass monotone Gestaltung mich ermüdet				
	einer ständigen Lärmbelastung ausgesetzt zu sein				
	Geräusche aus Nebenzimmern zu hören				
	durch schlechten Akustik (es hallt im Raum) meinen Gesprächspartner nicht mehr gut zu verstehen				
	häufig unangenehmen Gerüchen ausgesetzt zu sein				
	mit Materialien umgeben zu sein, die ich nicht gerne berühre				
	ibilitätstest	Cime - 1	Mac f		
ganz emp grun gena Grur	Menschen haben eine relativ unterschiedlich starke Empfindsamkeit unserer sinormal ist, kann für den anderen bereits starken Stress verursachen. Daher is findlich Ihre Sinne auf die Reize von außen reagieren. Gerade für Paare ist es dlegenden Empfindungen auszutauschen, dann allzu schnell glaubt man, der/u so wie ich selbst. Um dies zu ermöglichen, bitten wir Ihnen einen Sensibilitändlage diese Diskussion möglich wird. – Übungsblatt Sensibilitätstest ende Umstände empfinde ich als unangenehm oder unbehaglich	st es wi wichtig 'die and	chtig z , sich z dere er	u scha u dieso npfind	uen, wie en et etwa
. 0.8	cinde officialities emplimate forfalls and ilgenerial oder and endginer in				
		1	2	3	4
	Überhitzung				
	zu kühle Raumtemperaturen				
	hohe Luftfeuchtigkeit				
	zu trockene Luft				

zu wenig Sonnenlicht

schwache Beleuchtung

Blendung

2. Erholung, Regeneration und Stressregulation

Stress verarbeiten zu können und sich nach Belastungen oder Anstrengungen wieder erholen zu können, sind Grundvoraussetzungen um gesund zu bleiben. Daher ist es so wichtig, im eigenen Zuhause diese Qualitäten zu genießen. Doch was brauchen wir dazu? Die zuvor behandelten Wahrnehmungsqualitäten sind ein wesentlicher Teil davon, andere werden hier thematisiert.

Stress entsteht für mich vor allem bei ...

		1	2	3	4
	Unordnung				
	Konflikten im Familienleben				
	Wenn ich mich nicht zurück ziehen kann				
	Wenn ich das Gefühl habe beobachtet zu werden				
	Wenn ich mich beengt fühle				
	Wenn ich mich auf etwas konzentrieren möchte und dabei laufend gestört werden				
Um	mich gut erholen zu können, brauche ich	1	2	3	4
	Naturkontakt und Pflanzen in der Wohnung				
	Ästhetische und harmonische Gestaltung				
	Ein harmonisches Familienleben				
	Rückzugsmöglichkeiten				
	Weiche, warme Farben				
	Kühle, entspannende Farben				
	Helle lichtdurchflutete Räume				
	Gedämpftes Licht				
	Einen weiten Ausblick				
	Eine kleine, kuschelige Ecke (Nische, Höhle) mit weichen Materialien				

entspannung / Erholung möchte ich vor allem an diesen Plätzen enießen Wohnzimmercouch	a	e i n
Eigenes Zimmer		
Lieblingsplatz außerhalb des eigenen Zimmers		
• Terrasse		
• Essplatz		
•		
Sie Bilder, die für Sie Erholung bedeuten? – Übungsblatt Erholungsqualität		

3. Selbstbestimmung und Selbstentfaltung

Wohnen bedeutet sich ein Nest oder ein Refugium zu bauen. Einen Platz für sich selbst zu haben ist wichtig für das persönliche Wohlbefinden. Diesen Platz selbst zu gestalten hat eine hohe Bedeutung. Genauso wichtig ist es, in der Wohnung und Wohnumgebung nach den eigenen Vorstellungen leben zu können, also auf keine Tätigkeiten verzichten zu müssen, die einem wichtig sind.

Bedürfnis nach einem persönlichen Raum / Platz / Nische

Wie häufig haben Sie das Bedürfnis alleine zu sein? (Angaben von 1-10)			
Wie kann dieses Bedürfnis gedeckt werden?	Ja	N ei n	
Ein eigenes Zimmer			
 Einen persönlichen Platz in einem Raum, der auch andere Funktionen hat 			
Einen persönlichen Platz im Gemeinschaftsbereich, damit ich gleichzeitig Kontakt halten kann			
Dieser persönliche Bereich soll einen Blickschutz von außen aufweisen			
Dieser persönliche Bereich sollte eher abgeschieden sein, damit ich ganz bei mir sein kann			
Beschreiben Sie, wie ein persönlicher Bereich oder Lieblingsplatz für Sie aussehen könr Lieblingsplatz	ite – Übun	gsblatt	

Welche Gestaltungs- und Nutzungsmöglichkeiten sind Ihnen wichtig?

	1	2	3	4
Mein Umfeld nach meinen persönlichen Bedürfnissen und Geschmack zu gestalten ist mir sehr wichtig				
Ich führe gerne Reparaturarbeiten selbst durch				
Ich führe gerne Gartenarbeit aus				
Ich habe Hobbys oder Interessen, die einen gewissen Raumbedarf in der Wohnung haben				
Worin besteht dieser Raumbedarf				
Ich möchte auch im Freibereich (Garten, Terrasse) relaxen und regenerieren können, ohne beobachtet zu werden				

4. Zusammenleben (insbesondere für Familien)

Das Zusammenleben passiert immer in einem Spannungsfeld von Kontakt und Rückzug. Ohne räumliche Rückzugsmöglichkeiten kommt es zu einem inneren Rückzug (Reserviertheit), der dem Zusammenleben nicht gut tut. Vor allem das Zusammenleben von Familien gestaltet sich oft auch als schwierig, weil es sehr unterschiedliche Bedürfnisse gibt. Leben Sie nicht in einer Familie, sondern in einem anderen Wohnungsverbund, sind diese Fragen großteils ebenso relevant.

Geben Sie an, welche Qualitäten im Zusammenleben mit Ihrer Familie Ihnen besonders wichtig sind?

	1	2	3	4
Privatsphäre für die Familie – Vermeidung von Einblicken im Gemeinschaftsbereich				
Besuch soll die Privatheit der Individualräume nicht stören				
Ein Partner soll Besuch empfangen können, ohne die Privatheit des andern Partners zu stören				
Man soll auch im Gemeinschaftsbereich Rückzugsmöglichkeiten haben				
Wir sollen zusammen sein können, ohne dass es zu eng wird				
Es soll vielfältige Möglichkeiten geben sich nieder zu setzen, so dass ich entscheiden kann wie viel Nähe oder Distanz ich gerade will				
Die Raumanordnung und Möblierung soll gemeinsame Gespräche und das Zusammensein vereinfachen				
Ich möchte auch im Gemeinschaftsbereich meinen individuellen Tätigkeiten nachkommen können				
Wenn ich mich auf meine Tätigkeiten konzentriere, möchte ich dabei möglichst nicht abgelenkt werden				
Hausarbeit und Kontakt mit den anderen soll gleichzeitig möglich sein				
he Aspekte sind Ihnen besonders für den Familienalltag wichtig Ich möchte eine Raumaufteilung in der es möglich ist Kinderaufsicht (Spielen, Hausübungen machen) und Hausarbeit gut miteinander zu verbinden	1	2	3	4
Ich möchte eine Raumaufteilung, wo die Kinder Spielsachen liegen lassen				
können, und ich nicht laufend aufräumen muss				
				0
können, und ich nicht laufend aufräumen muss Ich möchte Variabilität in der Raumaufteilung um den unterschiedlichen				
können, und ich nicht laufend aufräumen muss Ich möchte Variabilität in der Raumaufteilung um den unterschiedlichen Bedürfnissen vom Kleinkind zum Jugendlichen entsprechen zu können Dem Familientisch würde ich neben dem Essen folgende Funktionen				
können, und ich nicht laufend aufräumen muss Ich möchte Variabilität in der Raumaufteilung um den unterschiedlichen Bedürfnissen vom Kleinkind zum Jugendlichen entsprechen zu können Dem Familientisch würde ich neben dem Essen folgende Funktionen zuordnen				

Kochen / Hausarbeit				
Ich möchte den Medienkonsum eher begrenzen und wünsche mir dafür richtige räumliche Voraussetzungen				
Ich möchte, dass im Alltag jeder seinen Tätigkeiten nachkommen kann und man sich nicht laufend dabei stört				
Die Individualzimmer sollen eine höhere Privatheit haben als der				
Gemeinschaftsbereich				
en Sie an, welche Form von Nachbarschaftskontakten Sie wünschen	J a	N e i n	3	4
	a	e i n		·

5. Sicherheit, Schutz und Geborgenheit

Dieses Grundbedürfnis des Wohnens hängt sehr stark mit den räumlichen Gegebenheiten im Haus aber auch außerhalb des Hauses zusammen. Bei diesen Fragen geht es darum, welche Aspekte von Geborgenheit und Sicherheit für Sie wichtig sind.

Überlegen Sie, welchen dieser Aussagen Sie zustimmen würden

Ich brauche Bereiche in der Wohnung, wo ich sicher bin, dass ich nicht von außen beobachtet werden kann			
Ich möchte mich vor Einbrüchen möglichst gut schützen			
Ich finde es gut, wenn die Nachbarn kontrollieren können, ob sich bei uns oder in der Nachbarschaft fremde Personen aufhalten			
Ich brauche weite und offene Räume damit ich mich wohl fühle			
Die Öffnung nach außen in den Freibereich und ein guter Ausblick sind mir sehr wichtig			
Auch im Freien möchte ich Plätze haben, die einen gewissen Schutz bieten			
Geborgenheit empfinde ich eher in begrenzten Nischen als in weiten Räumen			
reiben Sie welche Raumqualitäten für sie Geborgenheit bedeuten? – Übungsbla	tt Geborg	genheit	

6. Lebensphasenorientierung – allgemein

Für welche Lebensphasen soll Ihr zukünftiges Haus passen, bzw. anpassbar sein

	J	N e i n
Leben als Paar ohne Kinder		
Leben als Familie mit Kindern. Es sollte für Kinder geplant werden		
Leben als Paar nach Auszug der Kinder		
Leben als Paar im Alter		
Leben mit Einschränkungen bzw. mit Pflegebedarf		

7. Lebensphasenorientierung - Entwicklungsraum für Kinder

Wenn in Ihrem Haus Kinder leben werden, gilt es einige Aspekte zu beachten. Ausführliche Information dazu erhalten Sie im entsprechenden Webinar. Im Planungskonzept wird festgehalten, welche Punkte davon umgesetzt werden sollen.

8. Lebensphasenorientierung - aktiv und gesund älter werden

Es ist ein Irrtum zu meinen, mit Barrierefreiheit sind bereits alle Voraussetzungen für altersgereches Wohnen gegeben. Zahlreiche Aspekte tragen dazu bei, ob man sich im letzten Lebensdrittel frei entfalten und wohlfühlen kann. Dies sind die Voraussetzungen um im höheren Alter möglichst lange aktiv und gesund zu bleiben.

Welche Aspekte wollen Sie für spätere Lebensphasen berücksichtigen

	1	2	3	4
Wenn es machbar ist, möchte ich unbedingt in meiner aktuellen oder neuen Wohnung auch alt werden				
Ich möchte eine Wohnlösung, die auch bei geringerem Einkommen finanzierbar bleibt				
Ich möchte den Instandhaltungsaufwand gering halten				
Ich möchte eine Wohnung (Haus), die auch im Alter nicht zu groß ist				
Im Alter möchte ich mir das Leben möglichst vereinfachen				
Das Wohnen für eine Pflegeperson soll möglich sein				
Ich möchte meine Wohnung (Haus) soweit barrierefrei gestalten, dass es ohne große Umbauten möglich ist hier auch im Alter zu leben				
Wenn ich baue, möchte ich es so gestalten, dass das Haus später in zwei Wohnungen getrennt werden kann				
Das Wohnen für eine Pflegeperson soll möglich sein Ich möchte meine Wohnung (Haus) soweit barrierefrei gestalten, dass es ohne große Umbauten möglich ist hier auch im Alter zu leben Wenn ich baue, möchte ich es so gestalten, dass das Haus später in zwei				

9. Einfachheit und Effizienz bzw. bedarfsgerechte Raumfunktionen

Eine einfache und passende Raum – Nutzung entspricht unserem Bedürfnis nach einer einfachen Lebensführung. Bei der Planung unseres Hauses können wir dazu die Weichen stellen.

Welche funktionellen Aspekte sollen beachtet werden

	1	2	3	4
Die Wegeführung soll möglichst einfach sein				
Es soll einfach möglich sein Ordnung zu halten				
Es soll Räume geben, die verschiedene Funktionen erfüllen können				
Die Raumanordnung soll der jeweilig aktuellen Lebenssituation möglichst gut anpassbar sein				
Es sollen möglichst vielfältige Nutzungsmöglichkeiten bestehen				

Ergeben sich aus Ihrer Lebenssituation Anforderungen, die bei der Planung berücksichtigt werden sollen?
z.B. Unterschiede im Schlafrhythmus durch Schichtarbeit o.ä.

10. gesunder Lebensraum

Die Aspekte eines gesunden Lebensraumes sind nicht Teil dieses Fragebogens, weil wir davon ausgehen, dass Ihnen Gesundheit wichtig ist. Im Planungskonzept werden jene Punkte angegeben, die darauf Einfluss nehmen.

11. Nachhaltigkeit

Ökonomische Nachhaltigkeit

Sich ein Eigenheim zu schaffen, bedeutet meist finanzielle und zeitliche Belastungen. Die	se kann zu
Überforderungszuständen führen, die es zu vermeiden gilt.	

	j a	n e i n
Die Rückzahlung soll bei Berufstätigkeit einer Person möglich sein		
Kurze Zeiten von Arbeitslosigkeit sollen überbrückbar sein		
Folgende max. Berufsstunden / Woche für beide Partner legen wir fest		
Beim Hausbau kann ich Eigenleistung und Fachwissen einbringen		
Der Finanzrahmen soll max. €betragen		

Nachhaltigkeit in der Nutzung

Nachhaltigkeit entsteht, indem ein Haus über lange Zeiträume gut nutzbar ist. Welche Aspekte sollten für Sie berücksichtigt werden.

	j a	n e i n
Ich möchte vermeiden, dass unser Haus nach Auszug der Kinder viel zu groß ist		
Die Haushaltsführung und Instandhaltung sollte einen möglichst geringen Aufwand bedeuten		
Es soll so viel Stauraum vorhanden sein, dass es einfach ist Ordnung zu halten		
Die Wohnung, das Haus soll an spätere Nutzungen ohne großen Aufwand anpassbar sein		
Der Hausbau soll mein Leben nicht zusätzlich stark belasten		

Ökologische Nachhaltigkeit

Nachhaltigkeit im Sinne der Ökologie bedeutet, möglichst ressourcenschonend zu bauen. Welche Aspekte davon Sind Ihnen wichtig

		n
	j	e
	a	i
		n
Energieeffizienz		

So geht es weiter	
Okologische Lebenszyklen der Baustoffe (Energiebilanz in der Herstellung und Entsorgung)	

Das optimale Planungskonzept

Um von den Bedürfnissen zur Planung zu gelangen, werden im dritten Schritt die individuellen Wohnbedürfnisse und Entscheidungen in einem umfassenden Planungskonzept festgehalten. Dabei werden jene Punkte beschrieben, die in Ihrem Projekt umgesetzt werden sollen. Mit diesem Planungskonzept haben Sie eine optimale Grundlage um Ihrem / Ihrer Planer/in vermitteln zu können, worauf geachtet werden soll. So vereinfacht sich der Planungsprozess und damit auch die Kosten.