



Deine Räume geben Dir Sicherheit



Menschen haben sich bereits in ihrer Urgeschichte in Höhlen zurückgezogen, die ihnen Sicherheit und Schutz bieten sollten. Auch Tiere schaffen mit Räumen Schutz, besonders dann, wenn sie sehr bedroht sind, wie etwa Kaninchen in Ihren Bauten, oder dann, wenn sie Nachwuchs bekommen.

Es ist unbestritten, dass Sicherheit, Schutz und Geborgenheit unser primäres Wohnbedürfnis ist. Wenn wir Räume schaffen (bauen) oder im Zuge der Nutzung gestalten bzw. umgestalten, sollte dieses Bedürfnis immer bedacht werden. Natürlich brauchen wir nicht immer eine Höhle, um uns vor dem Säbelzahn tiger zu schützen. Wir brauchen jedoch fast immer eine gewisse Form des Schutzes, sei es vor der Witterung oder auch vor zu viel Kontakt bzw. vor fremden Blicken.

Daher unterscheiden wir Menschen auch private und öffentliche Räume. Private Räume sollen diese Sicherheit bieten. Leider ist dies nicht immer selbstverständlich. Wir verwenden sehr häufig Farben und Materialien, die sehr weit vom Wohnbedürfnis der Geborgenheit entfernt sind. Und wir verwenden sehr viel Glas, das die Privatheit und den Schutz verhindert. Zumindest dann, wenn es an der falschen Stelle eingesetzt wird. Im Artikel [„Authentisch Wohnen“](#) habe ich bereits beschrieben, was passiert, wenn wir uns in Räumen mit zu wenig Blickschutz aufhalten.

Diese moderne Architektur hat ihre Berechtigung, nur sollte sie richtig und vor allem an der richtigen Stelle eingesetzt werden. Für jeden Platz in Deiner Wohnung solltest Du Dir also die Frage stellen:

- Wie viel Sicherheit und Geborgenheit brauche ich hier?
- Wie viel Entspannung und Erholung wünsche ich mir an diesem Platz?

Dann kannst Du daran gehen, die einzelnen Plätze und Bereiche an Deinem Geborgenheitsbedürfnis auszurichten. Wenn Du Räume gestaltest, sollte also dieses Bedürfnis immer mit bedacht werden. Diese Gestaltungsmittel kannst Du verwenden, wenn Du die Geborgenheit verbessern willst.



Schutz vor unerwünschten Blicken

Von anderen Menschen gesehen zu werden, ist eine intensive Erfahrung, die uns fast immer in einen gewissen Spannungszustand versetzt. Anders ist das nur in einer sehr vertrauten Beziehung, wo man sich schutzlos geben kann. Daher werden wir in jedem Raum eine gewisse Form des Blickschutzes suchen, genau in der Art, wie es für die jeweilige Situation erforderlich ist.

Brauchst Du innerhalb der Wohnung mehr Blickschutz oder Abgrenzung, bieten sich Möbel als Raumteiler an. Kritischer wird es beim Blickschutz nach außen.

Wenn Du an einem Platz feststellst, dass es hier an Blickschutz nach außen mangelt, hast Du verschiedene Möglichkeiten:

- Rollläden machen sehr dicht, es wird damit also auch dunkel.
- Besser sind hier Außenjalousien oder Raffstore, weil diese so verstellt werden können, dass Licht in den Raum kommt und man auch einen gewissen Ausblick hat.
- Vorhänge bieten durch den Stoff auch eine gewisse Weichheit, was der Geborgenheit entgegen kommt. Vorhänge werden jedoch tagsüber kaum vorgezogen und sind daher nur sehr eingeschränkt als Blickschutz verwendbar.
- Innenjalousien bringen die selbe Variabilität wie Raffstore, können jedoch nur von oben nach unten bedient werden, was wiederum für den Blickschutz nicht optimal ist, weil man diesen oft im unteren Bereich (Brüstung) braucht.
- Fast beliebige Möglichkeiten der Platzierung bieten Plissees. Diese können je nach Bedarf in verschiedenen Bereichen des Fensters angebracht werden und bringen damit am meisten Variabilität. Auch die Farbgestaltung ist hier sehr vielfältig.

Sehen ohne Gesehen zu werden

Es wäre jedoch ein Trugschluss zu meinen, dass man sich am besten total abschottet, um sich sicher zu fühlen. Auch hier können wir von unseren Vorfahren lernen, die sich auf Plätze zurück gezogen haben, wo sie auch einen guten Überblick hatten, um Gefahren frühzeitig zu erkennen.

Nun könntest Du sagen, wir leben nicht mehr in der Steinzeit und unser Umfeld hat sich geändert. Es gibt keine Säbelzähntiger mehr und die Wahrscheinlichkeit gefressen zu werden, ist sehr gering. Das Stimmt, nur hat sich dieses Bedürfnis nach Überblick sehr tief in unsere Gene eingegraben. Das Sicherheitsbedürfnis ist kaum bis gar nicht vom Kopf zu steuern.

Was bedeutet dies für unsere Wohnplätze: Optimal ist es, wenn wir einen guten Überblick oder Ausblick haben und gleichzeitig nicht gesehen werden. Dazu sind variable Blickschutzeinrichtungen wie Plissees gut geeignet.



Wärme bedeutet Geborgenheit

Auch das Bedürfnis nach Wärme ist sehr eng mit dem Empfinden von Sicherheit und Geborgenheit verknüpft. Wärme ist jedoch nicht nur ein gewisser Temperaturbereich, sondern entsteht auch durch Gestaltung.

Geborgenheit durch Farben

Jede Farbe bewirkt bestimmte Emotionen und Stimmungen. Diese Wirkung kann sehr klar und deutlich sein, meist ist sie jedoch eher unterschwellig und wirkt sanft, jedoch dauerhaft und damit nachhaltig. Halten wir uns längere Zeit in Räumen auf, so können wir uns deren Wirkung nicht entziehen. Um Farben zu finden, die Sicherheit und Geborgenheit vermitteln, sollten wir zwei verschiedene Wirkfaktoren von Farben bedenken.

- Farben können aktivierend bis entspannend wirken



- Farben können abgrenzend bis öffnend wirken



Um Räume der Geborgenheit zu schaffen, ist es wichtig, diese scheinbar gegensätzlichen Aspekte zu verbinden. Wir brauchen also Farben, die entspannend und gleichzeitig abgrenzend wirken. Eine gute Lösung wäre damit ein Grün, das einen hohen Rot- bzw. Gelbanteil besitzt.

Wärme durch Licht

Die Entscheidung für Licht, das Geborgenheit vermittelt, ist einfacher, als die Entscheidung für die richtige Farbe, weil hier eine eindeutige Beziehung besteht. Warmes Licht vermittelt Entspannung und Geborgenheit gleichzeitig. Denke an das warme Licht von Kerzen, oder auch die gute alte Glühbirne, die ein sehr warmes Licht ausstrahlt. Mit der neuen LED Technik haben wir nun die Möglichkeit, sämtliche Farbspektren abzubilden. Hier kann man warmweißes Licht mit weniger als 3000 Kelvin auswählen. Es gibt jedoch auch Lampen, die ein noch wärmeres Licht ausstrahlen, bis hin zu einem golden erscheinenden Licht. Diese neuen Möglichkeiten können wir einsetzen, um Wärme und Geborgenheit in unser Zuhause zu bringen.

Wärme durch Materialien

Materialien geben uns dann Sicherheit, wenn sie sich gut angreifen und ein weiches, warmes Gefühl erzeugen. Dies sind vor allem Textilien und natürliche Materialien wie Holz, vorausgesetzt, dass sie nicht durch eine Lackschicht zugedeckt werden. Willst Du einen Patz einrichten, der Dir Sicherheit und Geborgenheit vermittelt, solltest Du Materialien auswählen, die Du vorher berührt hast und die sich angenehm, wohltuend für Dich anfühlen.



Sicherheit und Geborgenheit als Grundbedürfnis

Sicherheit und Geborgenheit sollten wir als Grundbedürfnis des Wohnens nie aus den Augen verlieren. Dies sind die Emotionen, die uns Stabilität und Kraft geben. Auch wenn Du vielleicht in einer sehr aktiven Lebensphase sein solltest, wo diese Aspekte für Dich nicht so wichtig sind, kann es sein, dass Dein Partner oder Deine Kinder sehr viel mehr an Geborgenheit benötigen.

Du willst zum Thema Geborgenheit mehr lesen, dann findest Du hier weitere Blogartikel:

[Bauen für Geborgenheit](#)

[Architektur für Hochsensible](#)

[Authentisch Wohnen](#)

[Erholung Zuhause](#)

Im nächsten Teil dieser Serie „Deine Räume bringen Dir Erfolg“ beschäftigen wir uns damit, was Räume mit persönlichen und beruflichen Erfolg zu tun haben.

Herzliche Grüße

Herbert Reichl