

# Grünräume für die zweite Lebenshälfte

Förderung von Lebensqualität und Gesundheit durch neue  
Grünraumqualitäten von Wohnsituationen älterer Menschen in der  
deutschen Schweiz

**Forschungsbericht zu den verwendeten Theorien und Methoden**

**Petra Hagen Hodgson und Hans Wydler**

Institut für Umwelt und Natürliche Ressourcen  
ZHAW Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften  
Departement Life Sciences und Facility Management

Wädenswil,  
im November 2017

**Age —  
Stiftung**  
Wohnen und  
Älterwerden

**WALDER  
STIFTUNG**

Wohnen im Alter



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



**coopératives d'habitation Suisse**  
fédération des maîtres d'ouvrage d'utilité publique  
Fondation fonds de solidarité

**Pensimo**

**Kontakt:****Petra Hagen Hodgson**

lic. phil. Dozentin BSLA

Leiterin Forschungsgruppe Grün und Gesundheit

**Institut für Umwelt und Natürliche Ressourcen**

ZHAW Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften

Departement Life Sciences und Facility Management

Grüntal, Postfach, CH-8820 Wädenswil

Telefon +41 58 934 59 36

Mobil +41 79 760 91 27

E-Mail [petra.hodgson@zhaw.ch](mailto:petra.hodgson@zhaw.ch)Internet [www.iunr.zhaw.ch](http://www.iunr.zhaw.ch)**Projektmitarbeitende:**

Eine vollständige Liste aller im Projekt mitarbeitenden Personen findet sich im Bericht im Anhang I.

**Anmerkung zur Schreibweise:**

Aus stilistischen Gründen und der besseren Lesbarkeit halber wird in diesem Dokument auf männlich/weibliche Doppelformen mit Grossbuchstaben im Wortinnern verzichtet. Wenn im Rahmen dieser Arbeit von Bewohnern, Nutzern, Landschaftsarchitekten etc. die Rede ist, sind damit selbstverständlich auch Bewohnerinnen, Nutzerinnen, Landschaftsarchitektinnen etc. gemeint. Männliche und weibliche Schreibweisen werden mitunter alternierend verwendet. Wo nur ein Geschlecht gemeint ist, wird dies durch den Text selber ersichtlich.

Weiterhin sind in diesem Text aus Gründen besserer und effizienterer Lesbarkeit Fussnoten verwendet worden.

## Inhalt

Vorbemerkung .....	4
1. Kontext .....	5
1.1 Zunehmende Alterung .....	5
1.2 Individualisierung, Zugang zu sozialen Welten .....	5
1.3 Beitrag von Grünräumen zum „verdichteten“ Wohnen im Alter .....	6
1.3 Der Garten als Ressource für Gesundheit .....	8
1.4 Biodiversität und Stadtklima .....	9
1.5 Grünräume wohnlich machen: Idee für das Forschungsprojekt .....	10
1.6 Identifikation und Miteinander .....	12
2. Forschungsfragen, Hypothese und Projektziele .....	13
2.1 Hypothesen und Forschungsfragen .....	13
2.2 Projektziele .....	14
3. Gesundheit, Wohlbefinden und Lebensqualität – Wohnaussenräume als Ressourcen .....	15
3.1 Gesundheit .....	15
3.2 Gesundheitsförderung und Nachhaltige Entwicklung .....	16
3.3 Wohlbefinden und Lebensqualität .....	17
3.4 Biographie, Sinnfindung und psychische Gesundheit .....	21
3.5 Gesundheitspotentiale und -Wirkungen von (grünen) Wohnaussenräumen .....	23
3.6 Zusammenfassung der zentralen Forschungsperspektiven .....	25
4. Vorgehensweisen und Methoden .....	27
4.1 Auswahl der Fallbeispiele .....	27
4.2 Mehrperspektivische Betrachtungsweise .....	28
4.3 Problemzentrierte qualitative Interviews (Leitfadeninterviews) .....	29
4.3.1 Befragung von Bewohnerinnen und Bewohnern der untersuchten Siedlungen .....	31
4.3.2 Befragung von professionellen Fachpersonen .....	34
4.4 Auswertung der Interviews .....	34
Anhänge .....	36
Anhang I: Im Projekt beteiligte Personen .....	36
Anhang II: Projektbeirat: .....	37
Anhang III: Sponsoren des Projektes und Dank .....	37
Anhang IV: Verweis auf die Webseite <a href="http://www.alter-gruen-raum.ch/">www.alter-gruen-raum.ch/</a> und die Gartenbox .....	37

## Vorbemerkung

Dieser Bericht dokumentiert die theoretischen Überlegungen und beschreibt das methodische Vorgehen im Projekt „Grünräume für die zweite Lebenshälfte – Förderung von Lebensqualität und Gesundheit durch neue Grünraumqualitäten von Wohnsituationen älterer Menschen in der deutschen Schweiz“.

Aus den Erkenntnissen der Forschungsarbeit sind zwei Publikationen entstanden: ein **Themenheft** der Architektur, Planungs- und Designzeitschrift Hochparterre mit dem Titel „Gemeinsames Gärtnern im Alter. Das Forschungsprojekt „Grünräume für die zweite Lebenshälfte“ der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften in Wädenswil“ publiziert im März 2016 und die „**Gartenbox** – Eine Hilfe für die Planung, Realisierung, Nutzung und Bewirtschaftung eines gemeinsamen Gartens im Alter“ – publiziert im Juli 2016. Beide Publikationen sind auf der neu erstellten **Webseite** „alter-grün-raum.ch als PDF abrufbar nebst weiterführender Information.

Das Hochparterre-Themenheft „Gemeinsames Gärtnern im Alter“ wurde bewusst nicht als wissenschaftlicher Bericht geschrieben und gestaltet, um die Erkenntnisse auch einer breiteren, interessierten Leserschaft anschaulich zugänglich zu machen. Es stellt die im Forschungsprojekt untersuchten sieben Gärten und Grünräume in essayistischer, nicht in systematisch vergleichbarer Weise vor. Nebst diesen kurzen Monographien findet sich eine Reihe weiterer Beiträge über das Altern und über Gärten, welche die Grundlagen und Perspektiven der Forschungsarbeit zusammenfassen.

Die Gartenbox beinhaltet einen Leitfaden mit Handlungsanleitungen und Entscheidungshilfen für altersgerechte Gärten und Grünräume. Sie ist als ein «Werkzeug» für das gemeinsame Initiieren, Entwerfen, Planen und Realisieren eines Gartenprojektes sowie das gemeinsame Bewirtschaften und Erleben eines Grünraumes und Gartens konzipiert – aus der Perspektive der Nutzenden geschrieben. Sie führt mit 66 Schritten durch den gesamten Prozess, zeigt auf, was alles zu bedenken ist, wenn eine Gruppe gemeinsam ein Gartenprojekt durchführt und beinhaltet 16 Checklisten. Zugleich dient die Gartenbox für Gespräche mit Fachleuten und als Anregung zum gemeinsamen Handeln im Aussenraum. Eine eigentliche Entwurfslehre ist sie nicht. Eine solche müsste in einem Folgeprojekt entwickelt werden. Die Gartenbox richtet sich an alle, die sich mit Grünräumen im Wohnumfeld befassen: An alle Bauverantwortlichen und Planer aus professioneller Sicht sowie an Bauherren. Vor allem spricht sie Menschen in der zweiten Lebenshälfte an, die sich einen gemeinsamen Garten wünschen und dafür ein neues Projekt initiieren oder die in einer Wohnanlage mit einem bestehenden Grünraum leben, für den sie sich engagieren wollen.

Da die wesentlichen Erkenntnisse aus dem Forschungsprojekt als Produkte bereits in dieser publizierten Form vorliegen, liegt der Schwerpunkt dieses Berichtes in der Darlegung theoretischer Überlegungen sowie in der Beschreibung der methodischen Vorgehensweisen im Forschungsprozesses. Dies bedeutet, dass dieser Bericht in Zusammenschau mit den Texten im Hochparterre-Heft sowie jenen auf der Webseite und mit der Gartenbox zu lesen ist. Der in diesem Bericht dargestellte Kontext bezieht sich dabei auf den einleitenden Text aus dem Themenheft von Hochparterre – dort veröffentlicht unter dem Titel *Wohnlichkeit im Aussenraum*.

### **Freiraum, Grünraum, Wohnaussenraum, Wohnumfeld**

In diesem Forschungsprojekt sowie in den daraus resultierenden Publikationen ist bewusst der Terminus „Grünraum“ verwendet worden, da dieser Begriff für ein breiteres Publikum verständlicher ist – dies obwohl in der Landschaftsarchitektur heute eher von Freiraum gesprochen wird. Unter einem Freiraum werden alle jene Flächen im Siedlungsgebiet verstanden, die un bebaut sind. Freiräume umfassen sowohl Gärten, Parkanlagen, Wälder oder Friedhöfe als auch „graue“ Flächen wie Strassen, gepflasterte Plätze oder Gleisanlagen sowie „blaue“ Flächen wie Seen, Flüsse, Bäche oder Teiche und können grundsätzlich privat oder öffentlich zugänglich sein. Da dieser Bericht sowie die genannten Publikationen zusammengehören, ist auch in diesem Bericht vor allem der Begriff Grünraum (als Synonym von Freiraum) verwendet worden. Grünräume umfassen in diesem Sinne fachlich gesehen selbstverständlich auch versiegelte Flächen, die zu den entsprechenden (Wohn-) Aussenräumen gehören. Weiterhin wird der Begriff Wohnumfeld verwendet im Sinne nutzbarer Freiräume im näheren und weiteren Umfeld einer Wohnung, die jenen Lebens- und Gestaltungsraum des Menschen umfassen, die zu Fuss von der Wohnung aus erreichbar sind und dem Wohnen zugeordnete Tätigkeiten (Einkauf, Sport, Schule, etc.) aufweisen. Der Wohnaussenraum ist in diesem Zusammenhang als ein Freiraum bzw. Grünraum zu verstehen, der direkt dem Wohnen zugeordnet ist.

## 1. Kontext

### 1.1 Zunehmende Alterung

Die zunehmende Alterung unserer westlichen Gesellschaften ist in der Wissenschaft<sup>1</sup> beschrieben und mit entsprechenden Statistiken belegt. Heute werden immer mehr Menschen immer älter und bleiben bei immer besserer Gesundheit länger aktiv.<sup>2</sup> Die Schweiz ist inzwischen das Land mit der dritthöchsten Lebenserwartung (Männer 81, Frauen 85,2 Jahre) weltweit, wobei der Lebensstandard zu den höchsten in Europa gehört. Nur 6,6 % der Schweizer Bevölkerung sind von Einkommensarmut betroffen, wobei allerdings Menschen über 65 Jahre und insbesondere wenn sie alleine leben, eine überdurchschnittliche Einkommensarmut aufweisen – ohne Berücksichtigung ihrer möglichen Vermögenswerte.<sup>3</sup>

Das Altern hat sich nicht nur quantitativ verlängert, sondern auch qualitativ verbessert. Studien zeigen auf, dass die Lebenszufriedenheit höher geworden ist.<sup>4</sup> Heute spricht man deshalb weniger vom Alter als von der „zweiten Lebenshälfte“. Sie wird in unterschiedliche Phasen, in das sogenannte „dritte“ und „vierte Lebensalter“ eingeteilt.<sup>5</sup> Das dritte Lebensalter (60- bis 80-Jährige) ist auch als Lebensphase „erfolgreichen Alterns“ bezeichnet worden.<sup>6</sup> Andere Studien weisen darauf hin, dass nach wie vor inoffiziell das Bild des unproduktiven, für die Gesellschaft unnützen Rentners vorherrscht, der als erheblicher Kostenfaktor von der jüngeren Generation finanziell getragen werden müsse.<sup>7</sup> Neu ist die Erfahrung, dass gerade diese Lebensphase und überhaupt das Älterwerden in der heutigen Gesellschaft nochmals einen in hohem Masse gestaltbaren Prozess darstellt und dass dieser zu neuen Dynamiken des späteren Lebens führen kann.<sup>8</sup> In dieser rund 15-jährigen Phase sind die älteren Menschen in der Regel fit, produktiv und haben gestaltbare Zeit. Erst in der eigentlichen Altersphase, in der gesundheitliche Probleme und körperlich-funktionale Einbussen mehr und mehr bestimmend werden, nimmt die Hilfe- und Pflegebedürftigkeit wesentlich zu und treten Gefühle der Einsamkeit und Isolation vermehrt auf.<sup>9</sup> An dieser Entwicklung wird sich voraussichtlich auf absehbare Zeit wenig ändern.

### 1.2 Individualisierung, Zugang zu sozialen Welten

Parallel zu den Veränderungen des Älterwerdens haben die Individualisierungstendenzen<sup>10</sup> unserer Gesellschaft in den letzten Jahrzehnten - gepaart mit einem dahinterstehenden Menschenbild, das auf den Attributen „jung,

<sup>1</sup> vgl. Höpflinger, François: Traditionelles und neues Wohnen im Alter. Age Report I, Zürich 2004.

Höpflinger, François: Einblicke und Ausblicke zum Wohnen im Alter. Age Report, II, 2009, Zürich 2009.

Höpflinger, François & Van Wezemaeil, Joris (Hrsg.): Wohnen im höheren Lebensalter. Grundlagen und Trends. Age Report III, 2014.

<sup>2</sup> Kruse, Andreas: Chancen und Grenzen der Selbstverantwortung im Alter. In: Wege zum Menschen. Heft 5, September/Oktober 2007, S. 421-446, S. 422.

Die durchschnittliche Lebenserwartung im Alter von 65 Jahren hat von 1981 bis 2010 um rund 19 Jahre bei den Männern und um rund 22 Jahre bei den Frauen zugenommen (BFS: ESPOP, BEVNAT). Diese Entwicklung setzt sich weiter fort. Es kann erwartet werden, dass diese zugewonnenen Jahre zu einem guten Teil behinderungsfrei verbracht werden können.

<sup>3</sup>Bundesamt für Statistik (BfS): Erhebung über die Einkommen und die Lebensbedingungen in der Schweiz 2014, Medienmitteilung vom 25.04.2016, Bern; In dieser Statistik sind die Vermögenswerte nicht mitberücksichtigt. Gerade ältere Menschen nutzen ihr Vermögen, um ihren Lebensunterhalt zu finanzieren.

<sup>4</sup> vgl. Kruse, Andreas: Gesund altern. Stand der Prävention und Entwicklung ergänzender Präventionsstrategien. Baden-Baden 2002.

<sup>5</sup> Höpflinger, François & Van Wezemaeil, Joris (Hrsg.): Wohnen im höheren Lebensalter. Grundlagen und Trends. Age Report III, 2014, S.23.

<sup>6</sup> vgl. Rowe, John W. & Kahn, Robert L.: Successful Aging, New York 1998; Francois Höpflinger: Die zweite Lebenshälfte – Lebensperiode im Wandel. In: Andreas Huber (Hrsg.): Neues Wohnen in der zweiten Lebenshälfte. Basel 2008.

<sup>7</sup> Goldbrunner, Hans: Vorwort. In: Renate Ruhland: Sinnsuche und Sinnfindung im Alter als geragogische Herausforderung. Lit Verlag Berlin 2006, S. 1.

<sup>8</sup> Höpflinger, François & Van Wezemael, Joris (Hrsg.): Wohnen im höheren Lebensalter. Grundlagen und Trends. Age Report III, Seismo, Zürich 2014, S. 15.

<sup>9</sup>vgl. Kruse, Andreas: Chancen und Grenzen der Selbstverantwortung im Alter. In: Wege zum Menschen. Heft 5, September/Oktober 2007, S. 421-446, hier S. 433.

<sup>10</sup> Sennett, Richard: Der flexible Mensch. Berlin Verlag, Berlin 1998.

flexibel und dynamisch“ beruht - zu heterogener und ausdifferenzierter gewordenen Lebensstilen auch im Alter geführt.<sup>11</sup> Das Alter ist nur noch ein Faktor unter diversen anderen: Bildung, Herkunft, wirtschaftliches Umfeld, soziale, kulturelle und politische Interessen. Die moderne Altersforschung hat die viel heterogener und individualisierter gewordenen Altersbilder aufgezeigt.<sup>12</sup> Nimmt man die steigende Zahl der Einpersonenhaushalte hinzu, zeichnet sich ab, dass menschliche Begegnung und Kommunikation vermehrt ausserhalb der Intimität der eigenen Wohnung geschieht und geschehen wird.

Wie zahlreiche sozial-psychologische Studien zeigen, ist Zufriedenheit und Wohlbefinden im Alter wesentlich eine Frage von Eigenständigkeit und Selbstbestimmung, sozialer Anerkennung und vor allem mitmenschlicher Beziehung.<sup>13</sup> Insbesondere mit zunehmendem Alter gewinnt gerade in diesem Zusammenhang das unmittelbare Wohnumfeld eine ungleich grössere Bedeutung: die gewohnte Umgebung, vertraute Menschen und soziale Netze sind wichtige Konstanten und Orientierungspunkte. Viele Hilfen im Alter können heute über professionelle Dienstleistungen geregelt werden, eines aber „lässt sich nicht professionalisieren und gegen Geld verfügbar machen, und dabei handelt es sich um das, was alte Menschen am dringendsten benötigen: Achtung der Person, Vertrauen und Liebe. Das sind Qualitäten menschlicher Beziehungen, die gebunden bleiben an die informellen Netze der Verwandtschaft, der Freundschaft und der Nachbarschaft.“<sup>14</sup> Gerade nach der Pensionierung empfinden viele Menschen den Verlust an Achtung in der Berufswelt als schmerzhaft, etlichen fällt es nicht leicht, diesen zu überwinden – dies zumal „unsere von kurzfristigen ökonomischen Strömungen geprägte Gesellschaft (...) enorme Schwierigkeiten hat, älteren Menschen einen angemessenen Stellenwert zuzubilligen“<sup>15</sup>. So wird auch angesichts des weiterhin vorherrschenden Ideals von Jugendlichkeit unserer Gesellschaft verständlich, dass aus dem Berufsleben Ausgeschiedene „diese Entwertung nicht selten durch hektische Aktivität zu überspielen“<sup>16</sup> suchen. Viktor Frankl, der vor dem Hintergrund der eigenen Not als KZ-Überlebender der Frage nach dem Sinn des Lebens nachgegangen ist, beschreibt in seinem Sinnfindungsmodell, dass es nicht darauf ankomme, „ob einer jung ist oder alt, und wie Alter sein mag – sondern worauf es ankommt, ist vielmehr die Frage, ob seine Zeit und sein Bewusstsein ausgefüllt sind von irgendeinem Gegenstand, an den sich dieser Mensch hingibt, und ob er selbst das Gefühl haben kann, auch trotz seines Alters, nach wie vor, ein wertvolles und lebenswürdiges Dasein zu leben, mit einem Wort, sich auch noch im Alter innerlich zu erfüllen. Und nicht darauf kommt es an: ob die Tätigkeit, die dem menschlichen Dasein einen Sinn und Inhalt geben soll, mit Gelderwerb verknüpft ist oder nicht; sondern vom psychologischen Standpunkt ausschlaggebend und entscheidend ist einzig und allein die Frage, ob diese Tätigkeit im Mensch, und mag er noch so bejahrt sein, das Gefühl erweckt, für etwas da zu sein – für etwas oder für jemand.“<sup>17</sup>

### 1.3 Beitrag von Grünräumen zum „verdichteten“ Wohnen im Alter

Angesichts dieses gesellschaftlichen und demographischen Wandels der Bevölkerungsstruktur ist das „Wohnen im Alter“ zu einem zentralen Thema nicht nur für die Soziologie, Gerontologie, Psychologie und Medizin geworden, sondern auch für Wohnwirtschaft, Stadtplanung und Architektur. Gemeinden fällt es heute schwer, der Nachfrage nach altersgerechten Wohnraum nachzukommen. Wohnungsbau-Verantwortliche stehen vermehrt vor der Aufgabe, diesen zur Verfügung zu stellen. Da es aber kein allgemeingültiges Modell für ein „Wohnen im Alter“ mehr gibt, sind neue architektonische und städtebauliche Muster notwendig geworden.

<sup>11</sup> vgl. Schader-Stiftung (Hrsg.): wohn:wandel. Szenarien, Prognosen, Optionen zur Zukunft des Wohnens. Darmstadt 2001

<sup>12</sup> vgl. Graf, Friedrich Wilhelm (Hrsg.): Über Glück und Unglück des Alters. München 2010.

Kruse, Andreas u.a. an der Tagung ETH-Wohnforum: Neues Wohnen in der zweiten Lebenshälfte. 17.4.2008 in Zürich.

Höpflinger, François & Lehr, Ursula: Psychologie des Alterns, Meisenheim 2007.

<sup>13</sup> Zürcher Frauenzentrale, Age Stiftung (Hrsg.): Älter werden und autonom wohnen. Ein Leitfaden für Frauen, Gemeinden und Liegenschaftsverwaltungen. Zürich 2013; vgl. Matthias Mettner, Joseph Jung (Hrsg.): Das eigene Leben – jemand sein dürfen, statt etwas sein müssen. Denkschrift für Daniel Hell. NZZ Verlag Zürich 2015; Dominik Weber et al.: Gesundheit und Lebensqualität im Alter. Grundlagen für kantonale Aktionsprogramme „Gesundheitsförderung im Alter“. Gesundheitsförderung Schweiz, Bericht 5, Bern und Lausanne 2016.

<sup>14</sup> Siebel, Walter: Ist Nachbarschaft heute noch möglich? In: Daniel Arnold (Hrsg.): Nachbarschaft. Callway Verlag, München 2009, S.12.

<sup>15</sup> vgl. Ruhland, Renate: Sinnsuche und Sinnfindung im Alter. Lit Verlag, Berlin 2006 und Hans Goldbrunner: Vorwort. In: ebda, S. I.

<sup>16</sup> ebenda S.II.

<sup>17</sup> Frankl, Viktor E.: Psychotherapie für den Alltag. Rundfunkvorträge über Seelenheilkunde. Freiburg, S. 56, zitiert nach: Renate Ruhland: Sinnsuche und Sinnfindung im Alter. Lit Verlag Berlin 2006, S. 3.

Wenngleich die weitaus grösste Zahl der älter werdenden Menschen heute so lange wie möglich in den ihnen vertrauten Wohnräumen leben bleiben will,<sup>18</sup> haben sich in den letzten zwei Jahrzehnten in diesem Zusammenhang jedoch zahlreiche neue Wohnformen und Wohnmöglichkeiten nach dem Motto „autonom wohnen und trotzdem Teil einer Gemeinschaft sein“<sup>19</sup> herauskristalliert, die besonders bei den sogenannten „jungen Alten“ Zuspruch finden. Neue gemeinschaftliche Wohnformen wie Alterswohn-, Haus- oder Siedlungsgemeinschaften, integrative und intergenerative Wohnprojekte, betreutes Wohnen, Service Wohnen, Seniorenresidenzen haben sich etabliert. Hierzu gibt es inzwischen zahlreiche Publikationen<sup>20</sup> und ebenso viele Ratgeber zum altersgerechten, hindernisfreien Bauen und zur Wohnraumanpassung.<sup>21</sup> Nur wenige der neuen Wohnprojekte sind bisher zu einer echten Alternative für das Verbleiben im zu gross gewordenen Einfamilienhaus<sup>22</sup> oder der zu gross gewordenen Wohnung geworden. Betrachtet man gemeinschaftliche Alters-Wohnprojekte im grösseren, raumplanerischen Zusammenhang zeigt sich, dass die Zahl breit akzeptierter Alterswohnprojekte, die als sozial integrierende Verdichtungsmodelle wirken, bisher noch zu klein ist, um ernsthaft Einfluss auf die Ausuferung von Städten und die ungebremsste Zersiedlung, die für die Schweiz besonders virulent sind<sup>23</sup> und nach wie vor wesentlich vom Einfamilienhausbau<sup>24</sup> und grundsätzlich der Inanspruchnahme von (zu) viel Wohnraum pro Person bestimmt wird, nehmen zu können.

Damit Alterswohnprojekte verbreitete Akzeptanz erreichen könnten erscheint wesentlich, dass Privatheit beim Wohnen im kleineren Rahmen gewährleistet ist und dass sie dem anhaltenden Wunsch nach einem Wohnen im Grünen<sup>25</sup> entsprechen. So verweist beispielsweise auch die Münchner Studie *Gärten im Wohnumfeld* in der Einleitung auf den „weit verbreiteten Wunsch nach einem, wenn auch kleinen Garten“<sup>26</sup> vieler Menschen jeden Lebensalters hin. Der Gestaltung des Wohnaussernraums wird aber häufig zu wenig Beachtung geschenkt. Viele Entscheidungsträger und Investoren von Wohnhäusern und Wohnsiedlungen sehen begrünte Aussenräume vor allem als Kostenfaktor - insbesondere beim Unterhalt - und unterschätzen den potentiellen Mehrwert einer Liegenschaft und das höhere Potential an Wohlbefinden und Zufriedenheit unter der Mieterschaft. Bei der Mehrzahl der Bauprojekte werden Landschaftsarchitekten zu spät in den Planungsprozess einbezogen, damit die architektonische Setzung funktional, räumlich und ästhetisch in enger Bezugnahme mit dem Aussenraum entwickeln werden kann.

Etliche Architekten beschäftigen sich zunehmend wieder mehr mit der Beziehung von Architektur und Garten auch bei Mehrparteienwohnhäusern und Landschaftsarchitekten suchen nach neuen sozial-räumlichen und funktional-ästhetischen Ausdrucksformen. Dies scheint symptomatisch für eine neue (landschafts-) architektonische Haltung zu sein, die einer flüchtigen, mit vielen Unsicherheiten behafteten Zeit,<sup>27</sup> Räume mit mehr „Bodenhaftung“, Sinnlichkeit und für ein engeres „Verortet-Sein“ im Zuhause entwirft. In diesem Zusammenhang entwickelten der Architekt Peter Zumthor und der Gartengestalter Piet Oudolf für den Sommerpavillon der Serpentine Gallery in London 2011 einen *hortus conclusus* – einen städtischen, gleichwohl intimen Garten Eden, einen Garten im Park. Als Ort der Ruhe, von der Aussenwelt abgeschirmt, lud dieser Garten einen Sommer lang zur

<sup>18</sup> Höpflinger, François: Einblicke und Ausblicke zum Wohnen im Alter. Age Report 2009, Seismo, Zürich 2009; Imhof, Lorenz: Gesundheit und Wohnen im Alter – Eine Herausforderung für die professionelle Pflege. In: Höpflinger, François & Van Wezemael, Joris (Hrsg.): Wohnen im höheren Lebensalter. Grundlagen und Trends. Age Report III, Zürich 2014, S.169.

<sup>19</sup> Age Dossier 2010: Autonomes Wohnen in Gemeinschaft. Gemeinsam statt einsam, Age Stiftung, Zürich 2010, Motto auf der Titelseite.

<sup>20</sup> hierzu insbesondere Huber, Andreas (Hrsg.): Neues Wohnen in der zweiten Lebenshälfte. Birkhäuser, Basel 2008  
Bettina Rühm: Unbeschwert Wohnen im Alter. Neue Lebensformen und Architekturkonzepte. DVA, München 2003

<sup>21</sup> Beyeler, Marietta: Weiterbauen. Wohneigentum im Alter neu nutzen. Age Stiftung (Hrsg.) Christoph Merian Verlag, Basel 2010.

<sup>22</sup> Zahllose Gemeinden stehen heute vor dem Problem, wie sie längerfristig ihre älter werdende Bevölkerung, die vornehmlich in Einfamilienhäusern lebt, versorgen kann – zum Beispiel Weisslingen, dem Dorf mit der höchsten Einfamilienhausquote in der Schweiz. Wenn heute Altersheime gebaut werden, stellen die Gemeinden fest, dass nicht etwa die begehrten jungen Alten kommen, sondern die weit über 80-jährigen.

<sup>23</sup> In der Schweiz aufgrund der Topographie mit besonders problematischen Auswirkungen angesichts schrumpfender Landreserven für Landwirtschaft.

<sup>24</sup> Bosshard, Max; Kurath, Stefan; Luchsinger, Christoph; Primas, Urs & Weiss, Tom: Zukunft Einfamilienhaus? Niggli Verlag, Sulgen 2014.

<sup>25</sup> Hagen Hodgson, Petra: Verdichtete Grünräume im urbanen Raum. Plädoyer für mehr Intimität und Individualisierung im urbanen Wohnumfeld. In: Werk, Bauen und Wohnen, 9/2010.

<sup>26</sup> Landeshauptstadt München (Hrsg.): Gärten im Wohnumfeld. Referat für Stadtplanung und Bauordnung, München 2002

<sup>27</sup> Bauman, Zygmunt: Flüchtige Zeiten. Leben in der Ungewissheit. Hiss Verlag, Hamburg 2008 (Originalausgabe: Modus vivendi. Inferno e utopia del mondo liquido. Gius. Laterza & Figli, 2007.

kontemplativen Sammlung, zum intensiven Naturerlebnis und zum (gemeinsamen) Verweilen ein. Anschliessend arbeitete Zumthor an einem Wohnprojekt in Holland, wo der **Garten** eine zentrale Rolle spielt. Zumthor selber erklärte sein neues Interesse am Garten aus den Gegebenheiten des natürlichen Lebensprozesses: „Mit dem Alter werden Natur und Garten bedeutender (...) Ich bin überzeugt, dass Gärten bereichern, der Seele gut tun – auch uns Männern. (...) über Garten will ich reden“<sup>28</sup>.

Verschiedene Pionierprojekte, bei denen der Wohnaussenraum eine neue Rolle für eine Grünraumnutzung in der zweiten Lebenshälfte spielt, sind bezogen worden oder werden gegenwärtig realisiert. Verallgemeinerbare Erfahrungen aus diesen Projekten sowie Planungshilfen für die Prozessgestaltung gemeinsam genutzter Grünräume standen bisher aber noch nicht zur Verfügung.

### 1.3 Der Garten als Ressource für Gesundheit

Aufgrund der zunehmenden Alterung der Gesellschaft spricht Vieles dafür, Grünräume und Gärten in Verbindung mit Gesundheit zu bringen. Insbesondere in grösseren Städten mit verschärften Stressfaktoren (diverse Umweltbelastungen, urbaner Lebensstil) haben die Konzepte der Gesundheit, der Lebensqualität und des Wohlbefindens an Bedeutung gewonnen. Zahlreiche Untersuchungen aus den letzten Jahrzehnten belegen die erholende, regenerierende Wirkung von Natur auf den Menschen und die positiven Einflüsse von einem Aufenthalt in der Natur.<sup>29</sup> Die durch ein Naturerleben hervorgerufene Wirkung äussert sich dabei sowohl auf der psychischen,<sup>30</sup> auf der physischen<sup>31</sup> wie auch auf der kognitiven<sup>32</sup> Ebene. Damit ist neben reiner Naturerfahrung und aktiver Bewegung in der Natur unter Sonnenlicht und an der frischen Luft eine sozial anregende Umwelt als Faktor für Lebensqualität und Wohlbefinden mit eingeschlossen - zumal Wirkung von Natur sich gewissermassen wie nebenbei ereignet.<sup>33</sup> Die Mehrzahl der Untersuchungen zu diesen Themen behandelt öffentliche Grünräume.<sup>34</sup> Studien, die sich mit Gärtnern als heilender Kraft auseinander setzen, schliessen auch privates Grün mit ein.<sup>35</sup> Die Erkenntnisse der modernen Gartentherapieforchung stammen vor allem von Studien aus dem institutionellen Bereich (Alters- und Pflegeheime sowie Kliniken).<sup>36</sup>

Mit dieser breitgefächerten Vielzahl an Untersuchungen konnte wissenschaftlich konkret u.a. belegt werden, dass eine Betätigung mit Pflanzen und im Garten sowie das sinnliche Erleben von vielgestaltigem Grün zu einer wesentlich höheren Lebensqualität selbst bei Demenzerkrankten führt,<sup>37</sup> depressive Verstimmungen reduziert werden können, körperliche Kraft erhalten bleiben kann, Entspannung messbar wird,<sup>38</sup> dass die Dauer eines Aufenthalts im Krankenhaus durch den Blick ins Grüne reduziert werden kann und weniger Schmerzmittel verabreicht werden müssen.<sup>39</sup> Hinzu kommen medizinische Untersuchungen wie etwa die der Lichttherapieforschung,

<sup>28</sup> Guarisco, Doris: Und mittendrin der Garten. In: Bioterra 1/2012, S.22.

<sup>29</sup> z.B. Kaplan, Stephen: The restorative Benefits of Nature – Towards an integrative Framework. In: Journal of environmental Psychology 15, S. 169-182; Nicole Bauer; Dörte Martens: Die Bedeutung der Landschaft für die menschliche Gesundheit. Ergebnisse neuester Untersuchungen der WSL. Landschaftsqualität. Konzepte, Indikatoren und Datengrundlagen. Forum für Wissen 2010, S.43-51

<sup>30</sup> z.B. Kaplan, Rachel; Kaplan, Stephen: The Experience of Nature: A Psychological Perspective. Cambridge University Press, New York 1989

<sup>31</sup> Ulrich, Roger S.: View through a window may influence recovery from surgery. In: Science 222, 1984, S. 420-421

<sup>32</sup> z.B. Hartig, T.; Evans, G.W.; Janmer, L.D.; Davis, D.S. & Gärling, T.: Restorative effects of natural environment experiences. In : Environment and Behavior 23, 2003, S.3-23

<sup>33</sup> Gerhard, Ulrich: Vielfalt und Vertrauen. „Natur“ als Erfahrungsraum und Sinninstanz. In: Umweltdachverband GmbH (Hrsg.): Biodiversität und Gesundheit. Tagung 15.11.2013, Tagungsband, S.8.

<sup>34</sup> vgl. hierzu bereits Werner Nohl: Ansätze zu einer umweltpsychologischen Freiraumforschung. Materialien zum Multiplexerlebnis in städtischen Freiräumen. Landschaft+Stadt Beiheft 11, Ulmer Verlag, Stuttgart 1974

<sup>35</sup> Körner, Stefan; Nagel, Annemarie & Bellin-Harder, Florian: Grün und Gesundheit – Literaturstudie. Universität Kassel, Fachgebiet Landschaftsbau/Vegetationstechnik, September 2008.

<sup>36</sup> vgl. Schneiter-Ulmann, Renata; Föhn, Martina & Dietrich, Christina (Hrsg.): Lehrbuch Gartentherapie. Huber Verlag, Bern 2010; Garten und Demenz. Gestaltung und Nutzung von Aussenanlagen für Menschen mit Demenz. Huber Verlag, Bern 2013

<sup>37</sup> Deutsche Gesellschaft für Gartenkunst und Landschaftskultur e.V. DGGL (Hrsg.) Garten und Gesundheit. Zur Bedeutung des Grüns für das Wohlbefinden. München 2008; Martina Föhn, Christina Dietrich (Hrsg.): Garten und Demenz. Huber Verlag, Bern 2013.

<sup>38</sup> Niepel, Andreas: Heilende Gärten. Garten und Therapie wachsen zusammen. In: DGGL (Hrsg.): Garten und Gesundheit. Zur Bedeutung des Grüns für das Wohlbefinden. DGGL-Jahrbuch 2008, Callway Verlag, München S.71

<sup>39</sup>Ulrich, Roger ebenda.

mit der der Nachweis erbracht worden ist, dass das Sonnenlicht als wichtiger Faktor für Gesundheit und Wohlbefinden nicht nur als Vitamin D-Spender, sondern auch gegen depressive Verstimmungen wirkt, die im Alter vermehrt anzutreffen sind, wenn die Sinnfindung nicht gelingt. Ein täglicher, halbstündiger Spaziergang in den Morgenstunden im Freien kann hier ähnlich wirksam sein wie eine Lichtbehandlung mit einer Therapielampe.<sup>40</sup> Das heisst, der Aufenthalt im Freien stellt eine einfache therapeutische Möglichkeit ohne Technologie oder Arzneimittel dar. Sie erfordert aber Regelmässigkeit und Konstanz, damit die antidepressive Wirkung zum Tragen kommen kann.<sup>41</sup> Dafür bietet ein Garten und gemeinsames Gärtnern beste Voraussetzungen. In die Suche nach möglichst „natürlichen“, kostengünstigen therapeutischen Möglichkeiten reiht sich auch die *Do-Health-Studie*<sup>42</sup> als derzeit grösste, europaweite Studie in der Altersforschung ein. In dieser Studie geht es vor allem um Prävention gegen das Knochenbruchrisiko, Abbau der Muskelfunktion, zu hohem Blutdruck und Abnahme der Gedächtnisfunktion. Ziel ist nicht die Verlängerung des Lebens, sondern ein möglichst gesundes, beschwerdefreies Leben. Ein möglichst aktiver Aufenthalt im Garten kann hierzu einen anregenden, ansprechenden, natürlichen, kostengünstigen Beitrag leisten. Gärtnerische Tätigkeiten lassen sich weiterhin sinnvoll auch in der Schmerztherapie einsetzen – nicht zuletzt deshalb, weil Menschen mehr geneigt sind, schmerzhaft Bewegungen durchzuführen, wenn diese im Zusammenhang mit Pflanzen stehen. Basierend auf diesen Erkenntnissen sind Gartentherapie-Gärten und deren therapeutische Anwendung im institutionellen Bereich entwickelt worden.<sup>43</sup> Dieses Wissen machen sich zahlreiche Aktivierungstherapien zunutze, wie beispielsweise sogenannte „Gartenclubs“ für Senioren in Altersheimen.<sup>44</sup> Ziel derartiger Aktivierungstherapien ist, über gärtnerische Tätigkeiten nicht nur die physische Beweglichkeit und Selbständigkeit betagter Menschen zu unterstützen, sondern auch ihre Erinnerungen zu beleben.

Diese Ausführungen zeigen, dass die potentiellen Ressourcen aus dem direkten Wohnumfeld ausgesprochen vielfältig sind. Sie werden im Theoriekapitel (Kapitel 2) konzeptionell enger gefasst und in Zusammenhang mit dem übergreifenden Terminus der Lebensqualität gebracht.

## 1.4 Biodiversität und Stadtklima

Etlliche medizinische Studien belegen, dass ältere Menschen besonders unter negativen Klimaverhältnissen – vor allem in dichten, überhitzten Städten – leiden. Resultate der Schweizer Sapaldia-Studie haben gezeigt, dass Abgase auch bei Erwachsenen das Asthmarisiko erhöhen. Die vom Nationalfonds geförderte Langzeitstudie belegt dies mit Untersuchungen von Menschen, die an einer stark befahrenen Strasse wohnen und nennt als wesentlichen Grund hohe Feinstaubbelastungen.<sup>45</sup> Aus der modernen Stadtökologieforschung ist die Bedeutung von «Grün» in der Stadt für das Stadtklima, d.h. die ökosystemarische Funktion von Stadtgrün hinlänglich belegt.<sup>46</sup> Heute ist bekannt, dass gerade (Laub-)Bäume ein hohes Potential an gesundheitsfördernde Wirkungen aufweisen – sofern sie ein entsprechendes Alter haben und möglichst grosskronig sind.<sup>47</sup> Rein quantitative Zahlen bezüglich neu gepflanzter Bäume oder neu angelegter Grünflächen in der Stadt sagen jedoch noch wenig über

<sup>40</sup> Wirz-Justice, Anna; Bromundt, Vivien: Lichttherapie. In: Schlaf Nr. 1, 2013, S. 20-28, S. 24.

<sup>41</sup> ebenda

<sup>42</sup> Mit der Studie soll nachgewiesen werden, dass so einfache Mittel wie die Verabreichung von genügend Vitamin D, Omega-3-Fettsäuren und/oder ein einfaches Trainingsprogramm eine wirksame Prävention darstellt. Die Leiterin des Projektes Prof. Dr. Heike Bischoff-Ferrari weist darauf hin, dass es schwierig ist, solche Studien zu finanzieren, zumal die Pharmaindustrie hier keine Gewinnchancen sieht. So wird ihre Studie von öffentlichen Geldern finanziert – vor allem von der EU und der Universität Zürich.

<sup>43</sup> Schneider-Ulmann, Renata; Föhn, Martina; Dietrich, Christina (Hrsg.): Lehrbuch Gartentherapie. Huber Verlag, Bern 2010. Föhn, Martina; Dietrich, Christina (Hrsg.): Garten und Demenz. Gestaltung und Nutzung von Aussenanlagen für Menschen mit Demenz. Huber Verlag, Bern 2013.

<sup>44</sup> In Zürich hat der Psychologe Thomas Pfister seit 2006 in Zürich solche „Gartenclubs“ für Senioren in Altersheimen ins Leben gerufen.

<sup>45</sup> Schweizer Depeschagentur (sda): Abgase erhöhen auch bei Erwachsenen das Asthmarisiko. NZZ 5.5.2009; <http://www.sapaldia.ch/en/the-sapaldia-cohort-study/study-description>; <https://www.bafu.admin.ch/uw-1642-e/>

<sup>46</sup> Endlinger, Wilfried: Einführung in die Stadtökologie. Ulmer Verlag, Stuttgart 2012, S.72-73 bzw. S. 140; Jendritzky, Gerd: Folgen des Klimawandels für die Gesundheit. In: Endlicher, Wilfried und Gerstengarbe, Friedrich-Wilhelm (Hrsg.): Der Klimawandel – Einblicke, Rückblicke und Ausblicke. Potsdam 2007, S. 108-118

<sup>47</sup> Pfister, Claudia: Beispiele baulicher Verdichtung in Zürich: Veränderung der Grünräume. Bachelorarbeit IUNR, ZHAW 2015

notwendige Qualitäten zur Reduktion von Wärmeinseln, Hitzestress oder Staubbindung aus, Bedingungen, die mit zunehmenden Alter gesundheitlich schlechter zu tragen sind.<sup>48</sup>

Neuere Biodiversitäts- und Stadtklimaforschung, die soziale Aspekte mit in die Untersuchung einbezieht wie etwa die Studie *BiodiverCity*<sup>49</sup> belegt, dass Menschen eingewachsene, etwas unordentlichere Gärten mit ausladenden, Schatten spendenden Bäumen und abwechslungsreich gestaltete Grünräume mit einer vielfältigen, strukturreichen Pflanzenwelt auf verschiedenen sinnlich-emotionalen Ebenen besonders zusagen. Diese ästhetische Präferenz erhält heute - im Zeichen von Klimawandel und eines weltweiten massiven Biodiversitätsverlusts - eine ganz neue Relevanz, zieht man die Argumentationen des *Stockholm Resilience Centre* hinzu, die feststellen, dass der Verlust an Artenvielfalt eine Grössenordnung angenommen hat, die unsere Lebensgrundlage mehr bedroht als der Klimawandel. Wenngleich sich weltweit gesehen biologische Vielfalt vor allem in tropischen und marinen Systemen konzentriert, zeigen doch viele Studien die Bedeutung urbaner Räume für die Artenvielfalt auf und belegen beispielsweise, dass in einigen Städten doppelt so viele Wildpflanzenarten wie in ihrem Umland anzutreffen sind.<sup>50</sup> Im Vergleich zu den monotonen Räumen moderner, technik-gesteuerter Landwirtschaft können Stadträume mitunter zu regelrechten Inseln der Artenvielfalt werden.

Ansätze wie im Berner Projekt *Fröschmatt*,<sup>51</sup> bei dem wenig attraktives Siedlungsgrün im Zusammenhang mit der Renovierung und Verdichtung veralteter Bausubstanz nach allen Regeln der Kunst ökologisch aufgewertet wurde, setzen hier an - wobei die Mitwirkung der Bewohner und die ästhetischen Belange bei diesem Projekt zweitrangig waren. Längerfristig müsste eine sozial-räumliche und ästhetisch-sinnliche Anreicherung in urbanen Grünräumen ihr Pendant in einer biologisch-ökologischen Anreicherung finden.

## 1.5 Grünräume wohnlich machen: Idee für das Forschungsprojekt

Die Idee für das Forschungsprojekt ist aus der Beschäftigung mit den „fliessenden“ Grünräumen des „organischen Städtebaus“<sup>52</sup> der 1940er Jahre entstanden, die später in die städtebaulichen Konzepte der „durchgrünter und aufgelockerten Stadt“<sup>53</sup> sowie in jenes der „autogerechten Stadt“<sup>54</sup> integriert wurden und überall in Europa zur Anwendung kamen – auch in der Schweiz. Beispielhaft sind sie in Zürich-Schwamendingen zu finden. Hier kamen bekanntlich Stadtbaumeister A. H. Steiners Konzept für die Erweiterung Zürichs,<sup>55</sup> das wesentlich auch auf Camillo Sittes Begriff der „gewachsenen“ Stadt beruht,<sup>56</sup> sowie später die Leitvorstellungen des rationalen Städtebaus von Stadtbaumeister A. Wasserfallen zum Zuge.

Diese Wohnsiedlungen haben keinen Garten, sondern stehen in einer parkähnlichen Landschaft. Ursprünglich war diese Art der Siedlungsentwicklung, positiv besetzt. Es sollte ein Wohnen für alle in einer idealen Parklandschaft und einer „gesunden Stadt“<sup>57</sup> möglich werden. Erholung in der freien Natur und die Schönheit der Natur sollten in einer poetisch gestimmten Welt für alle als Gegenwart zur Arbeitswelt erfahrbar werden.<sup>58</sup> Durch diese

<sup>48</sup> Pfister, Claudia: Beispiele baulicher Verdichtung in Zürich: Veränderung der Grünräume. Bachelorarbeit IUNR, ZHAW 2015

<sup>49</sup> Sandra Gloor et al.: *BiodiverCity: Biodiversität im Siedlungsraum*. Zusammenfassung. Unpublizierter Bericht im Auftrag des Bundesamtes für Umwelt BAFU, 30. August 2010; Das Projekt «BiodiverCity» ist Teil des Nationalen Forschungsprogramms NFP 54 «Nachhaltige Siedlungs- und Infrastrukturentwicklung», siehe [www.nfp54.ch](http://www.nfp54.ch); [www.biodivercity.ch](http://www.biodivercity.ch).

<sup>50</sup> z.B. Josef Reichholf: *Stadtnatur. Eine neue Heimat für Tiere und Pflanzen*. Oekom Verlag München 2007

<sup>51</sup> [http://naturaqua.ch/wp-content/uploads/2015/01/Schlussbericht\\_Froeschmatt\\_20141216.pdf](http://naturaqua.ch/wp-content/uploads/2015/01/Schlussbericht_Froeschmatt_20141216.pdf); sowie: *Stadtgrün Bern* (Hrsg.), Konzept und Realisierung Sabine Tschäppeler: *Biodiversität in der Stadt Bern*. Handbuch und Ratgeber. Bern 2014

<sup>52</sup> Reichow, Hans Bernard: *Organische Stadtbaukunst*. Westermann Verlag, Braunschweig.

<sup>53</sup> Göderitz, Johannes; Rainer, Roland & Hofmann, Hubert: *Die gegliederte und aufgelockerte Stadt*, Wasmuth, Tübingen 1957.

<sup>54</sup> Reichow, Hans Bernard: *Die autogerechte Stadt. Ein Weg aus dem Verkehrs-Chaos*. Otto Maier Verlag, Ravensburg 1959

<sup>55</sup> Hagen Hodgson, Petra: *Städtebau im Kreuzverhör*. Max Frisch zum Städtebau der fünfziger Jahre. LIT Verlag Lars Müller, Baden 1986.

<sup>56</sup> Eisinger, Angelus: *Wenn Sie wollen, eine unglückliche Liebe*. A.H.Steiners Amtszeit als Zürcher Stadtbaumeister 1943-1957. In: Werner Oechslin (Hrsg.): *Albert Heinrich Steiner. Architekt – Städtebauer – Lehrer*. gta Verlag, Zürich 2001, S. 56.

<sup>57</sup> Petra Hagen Hodgson: *Die gesunde Stadt: Letchworth Garden City gestern und heute*. In: *Werk, Bauen + Wohnen* 4/ 1992.

<sup>58</sup> vgl. Stoffler, Johannes: *Gustav Ammann. Landschaften der Moderne in der Schweiz*. gta Verlag, Zürich 2008; Annemarie Bucher: *Vom Landschaftsgarten zur Gartenlandschaft – Schweizerische Gartengestaltung auf dem Weg in die Gegenwart*. In: *Archiv für Schweizer Gartenarchitektur und Landschaftsplanung* (Hrsg.): *Vom Landschaftsgarten zur Gartenlandschaft. Gartenkunst zwischen 1880 und 1980 im Archiv für Schweizer Gartenarchitektur und Landschaftsplanung*. vdf Hochschulverlag, Zürich 1996.

ideelle Verheiratung von Park und Wohnungsbau erfuh der Begriff des Gartens eine Erweiterung auf jegliche Art von grünem Freiraum, wobei durchaus räumliche Qualitäten entstanden sind.<sup>59</sup> Nicht mehr Gärtnern zu müssen, um sich zu versorgen, sondern Gemüse und Früchte kaufen zu können war für viele eine Errungenschaft. Doch hat diese Durchsetzung des Parks mit massenhaftem Wohnungsbau nicht wirklich funktioniert: Meist sind die grossen, offenen Rasenflächen für ein Verweilen zu exponiert, weil sie von allen Seiten her einsehbar sind, es fehlt ihnen an Intimität und räumlicher Ausformung.<sup>60</sup> Sie entsprechen nicht dem heutigen Freizeitverhalten. Die meisten dieser grünen Aussenräume funktionieren „technisch“ gesehen zwar recht gut. Sie sind sicher, häufig einfach zu pflegen, im besten Falle haben sie einen ästhetischen Reiz mit einer vielgestaltigen Pflanzenwelt und mancherorts mit ökologischem Wert. Den Wünschen und Sehnsüchten von Bewohnerinnen und Bewohnern aber werden viele von ihnen nicht gerecht. Vor allem fehlt ihnen, dass die Grünräume auch „bewohnt“ werden können und sie feine räumliche Differenzierungen aufweisen. Bewohnerinnen und Bewohner haben in der Regel praktisch keinen Einfluss darauf, wie diese Grünräume gestaltet sind. In vielen von ihnen lässt sich wenig tun. Sie bieten wenig Gelegenheit des Miteinanders, es finden sich kaum geeignete Orte, an die man sich gern mit einem Buch zurückzieht oder überhaupt Orte der Ruhe. Es darf keine Blume gepflückt, nichts anpflanzt werden, zum Sitzen gibt es kaum Gelegenheiten und es fehlt an Orten, in denen man sich der Natur erfreuen mag. Bei etlichen würde es nicht viel brauchen, sie in diesem Sinne zu aktivieren – etwa mit dem „Gartenwissen“, das in etlichen Wohnungen vorhanden ist, aber keinen Ausdruck finden kann. Über Pflanzen, die das tägliche Leben tangieren, käme man ins Gespräch.<sup>61</sup> Das heisst: was diesen Aussenräumen für den Zweck eines grünen Wohn-Aussenraums vor allem fehlt sind Möglichkeiten der emotionalen, ideellen und materiellen Aneignung und Möglichkeiten der Mitgestaltung und Teilhabe. Diese können sich nur einstellen, wenn der Wohn-Aussenraum wieder als Grünraum mit Gärten gedacht und gestaltet wird.

Dies geschieht jedoch nicht, denn es sind jene Orte, auf denen der Druck der Nachverdichtung lastet, der Grünräume in der Stadt immer mehr verschwinden lässt. So sind angesichts zunehmender baulicher Verdichtung parkähnliche Aussenräume von Wohnsiedlungen immer mehr zu Resträumen und blossen Durchgangsorten bzw. zu mehr oder weniger repräsentativem Abstandsgrün geschrumpft, weil sie sich gut als Bauland eignen.<sup>62</sup> Ohne die räumlichen Zusammenhänge, Blickachsen und Massstäblichkeit zu zerstören, lassen sich in die fliessenden Räume bei Erhalt der ursprünglichen Substanz nur schwer Neubauten sinnvoll integrieren, während Ersatzneubauten, die sich am ursprünglichen Fussabdruck orientieren, in der Regel breiter und höher sind – damit die räumlichen Zusammenhänge zerstören.<sup>63</sup> Denn in den „Stadtlandschaften der Moderne ist die Landschaft die malerische Hauptdarstellerin, in deren Panorama die Gebäude eingebettet sind. Verschiebt sich das Verhältnis zwischen Bebauung und Landschaft deutlich, kippt das Bild: Aus der Siedlung im Grünen wird die begrünte Siedlung.“<sup>64</sup>

Im Rahmen des Moduls *Projektentwicklung*<sup>65</sup> am Institut für Umwelt und Natürliche Ressourcen der ZHAW loteten Studierende 2007 das Potential dieser Grünräume aus. Sie entwickelten Möglichkeitsbilder, wie sie mit geeigneten raumbildenden und strukturreichen Pflanzungen zu sozial-räumlich vielgestaltigen Räumen aufgewertet werden könnten. Die Bewohner sollten sich in ihnen wohl fühlen und sie sollten mitgestalten und teilhaben können. Zugleich sollte die Biodiversität gefördert werden – ohne dabei den Charakter dieser Grünräume zu entstellen. Daraus entstand später die Theorie von „verdichteten Grünräumen“<sup>66</sup> für das Wohnumfeld, die der

<sup>59</sup> Hagen Hodgson, Petra: Verdichtete Grünräume im urbanen Raum. Plädoyer für mehr Intimität und Individualisierung im urbanen Wohnumfeld. In: *Werk, Bauen und Wohnen*. 9/2010, S. 32-39.

<sup>60</sup> Hagen Hodgson, Petra: Verdichtete Grünräume im urbanen Raum. Plädoyer für mehr Intimität und Individualisierung im urbanen Wohnumfeld. In: *Werk, Bauen und Wohnen*. 9/2010, S. 32-39.

<sup>61</sup> vgl. Müller, Christa: *Wurzeln schlagen in der Fremde. Die Internationalen Gärten und ihre Bedeutung für Integrationsprozesse*. ökom Verlag, München 2002.

Hagen Hodgson, Petra: *Der Gemeinsame Garten*. In: Age Stiftung (Hrsg.): *Gemeinschaftsräume für alle Generationen*. Age-Dossier, Zürich, 2015.

<sup>62</sup> vgl. Stoffler, Johannes: *In die Enge getrieben*. In: *Hochparterre 4*, 2012; Petra Hagen Hodgson, Peter Eberhard: *Stiefkind Freiraum*. In: *Werk, Bauen + Wohnen 10*, 2015.

<sup>63</sup> vgl. Stadt Zürich. Amt für Städtebau (Hrsg.): *Dichter. Eine Dokumentation der baulichen Veränderung in Zürich – 30 Beispiele*. Zürich 2012.

<sup>64</sup> Stoffler, Johannes: *Fliessendes Grün und Gartendenkmalpflege*. In: Domschky, Anne; Kurath, Stefan; Mühlebach, Simon; Primas, Urs: *Kriterien und Strategien zur Verdichtung von Siedlungsstrukturen der Nachkriegszeit*. ZHAW, Winterthur Juli 2016, S.29

<sup>65</sup> unter der Leitung von Peter Eberhard und Petra Hagen Hodgson.

<sup>66</sup> Hagen Hodgson, Petra: *Verdichtete Grünräume im urbanen Raum. Plädoyer für mehr Intimität und Individualisierung im urbanen Wohnumfeld*. In: *Werk, Bauen + Wohnen 9*, 2010.

baulichen Verdichtung an die Seite gestellt werden müsste. Diese Vorstellung wurde anschliessend für das vorliegende Forschungsprojekt mit der Thematik des Wohnens im Alter verbunden.

## 1.6 Identifikation und Miteinander

Es ist zu beobachten, dass sich Menschen heute vermehrt nach mehr Identifikation und Miteinander im häuslichen Umfeld und nach mehr Bezug im Realen wünschen. Walter Siebel spricht von „neuen, inszenierten Nachbarschaften junger Familien“ als „ein Beispiel für gewolltes Nahe-beieinander-Wohnen von Menschen ähnlicher Lebenslagen und Interessen“<sup>67</sup> und davon, dass „die Alterung der Bevölkerung die Bedeutung von Nachbarschaften stärken“<sup>68</sup> wird. Auch die neuen Formen des gemeinschaftlichen urbanen Gärtnerns reihen sich hier ein.<sup>69</sup> In der heutigen Wohlstandsgesellschaft, in der man alles kaufen kann, zeigt das Phänomen des urbanen Gärtnerns u.a. den Wunsch auf, etwas selber zu machen und ein gemeinsames Interesse zu verfolgen. Es ist Ausdruck dafür, der Vereinzelung in der Stadt etwas entgegensetzen zu wollen und belegt die Freude am gemeinsamen, sinnstiftenden, handwerklichen Tun. Im Temporären kann erprobt werden, wozu man sich längerfristiger engagieren mag, engagieren kann oder auch nicht. Über die zahlreichen Medienbeiträge ist das urbane Gärtnern und überhaupt das Gärtnern zu einem wieder breit akzeptierten Gesprächsstoff in der Öffentlichkeit geworden und es mag den Anschein erwecken, als handele es sich um eine breite Bewegung.<sup>70</sup> Tatsächlich ist die Zahl derer, die im urbanen Raum gärtnern, in den letzten rund 25 Jahren konstant geblieben.<sup>71</sup> Gärtnernde sind nur weniger sichtbar, weil die Gärten aus der Stadt in die zahllosen Einfamilienhausquartiere in die Agglomeration ausgewandert sind.

Für die Vorstellung eines gemeinsamen Gartens im Alter konnte an diese Überlegungen angeknüpft werden – insbesondere auch deshalb, weil sich die modernen Gartenformen bei genauerem Hinsehen als gar nicht so neu erweisen. Sie stehen in der langen Tradition einer gemeinschaftlich organisierten Grünraumnutzung – angefangen bei der mittelalterlichen Allmend bis hin zu Armen- und Kleingärten oder den Zwischenräumen von Genossenschaftshäusern aus den 1920er und 1950er Jahren. Die Mehrzahl der traditionellen gemeinschaftlich organisierten Gärten war freilich ausserhalb des direkten Wohnumfelds angesiedelt und alle der (Selbst-) Versorgung verpflichtet. Wie aber etwa die Siedlung *Talgut* in Winterthur von 1945 oder die inventarisierte *Swissair Siedlung* in Kloten von 1948 zeigen, wird hier seit über sechzig Jahren direkt vor der Haustüre in der fliessenden Parklandschaft gegärtnert.<sup>72</sup> Park und Garten haben hier eine Verschmelzung gefunden. Lange hat man solche Anlagen und deren Wert wie übersehen. Heute werden sie neu interpretiert und dabei dichter gedacht – zum Beispiel in der Siedlung *Futura* in Schlieren oder *Brügglächer* in Zürich-Schwamendingen. Über die gemeinschaftliche Nutzung des Grünraumes bietet sich die Möglichkeit, den Nachbarschaftsgedanken neu zu beleben.

<sup>67</sup> Siebel, Walter: Ist Nachbarschaft heute noch möglich. In: Arnold, Daniel: Nachbarschaft. Callwey Verlag, München 2009, S. 12

<sup>68</sup> ebenda, S.12

<sup>69</sup> Taborsky, Ursula: Naturzugang als Teil des Guten Lebens. Frankfurt 2008; Christa Müller: Urban Gardening. Über die Rückkehr der Gärten in die Stadt. München 2011; Petra Hagen Hodgson: Grünräume der Stadt. In: Werk, Bauen + Wohnen, 1/2 2010.

Krasny, Elke (Hrsg.): Hands on urbanism 1850-2012. Vom Recht auf Grün. Architekturzentrum Wien, Turica + Kant Verlag, Wien 2012.

<sup>70</sup> Jäggi, Monika: Städtisches Gärtnern in Basel: Mehr auf dem Papier statt im Grünen. In: [www.onlinereports.ch/](http://www.onlinereports.ch/)

<sup>71</sup> François Höpflinger im Gespräch mit Petra Hagen Hodgson. Vgl. Petra Hagen Hodgson (Interview): Auf gute Nachbarschaft. Die Soziologen François Höpflinger und Joelle Zimmerli über neue Wohnformen für ältere Menschen und die Bedeutung des Gärtnerns. In: Hochparterre, ZHAW (Hrsg.), Petra Hagen Hodgson, Peter Eberhard (Autoren): Gemeinsames Gärtnern im Alter. Hochparterre Themenheft, März 2016, S. 27

<sup>72</sup> Zum Beispiel auch zu Sehen in einem Stummfilm aus dem Jahre 1928. Sozialarchiv Zürich

## 2. Forschungsfragen, Hypothese und Projektziele

Bisher wenig untersucht worden ist, was Grünräume des unmittelbaren Wohnumfelds, die von mehreren Personen zugleich genutzt und gemeinsam bewirtschaftet werden für ein qualitäts- und ressourcenreiches Wohnen im Alter<sup>73</sup> beitragen können. Ebenso fehlen Vorstellungen, wie sich traditionelle Gartenbilder in das direkte Wohnumfeld neu übertragen und mit neuen Inhalten füllen lassen – auch als Ausdruck eines gemeinsam entworfenen, gestalteten und gepflegten Gartens. Zahlreicher wird inzwischen die Auswahl an Handbüchern und Ratgebern für ein weniger beschwerliches Gärtnern im Alter.<sup>74</sup>

Verschiedene Pionierprojekte für ein Wohnen im Alter sind in Betrieb genommen worden oder werden gegenwärtig realisiert. Verallgemeinerbare Erfahrungen aus diesen Projekten in Bezug auf die gemeinsame Initiierung, Konzeption, Planung, Nutzung und Bewirtschaftung des Gartens stehen aber noch nicht zur Verfügung. Hier hat das Forschungsprojekt angesetzt.

Anlass dazu war die Entstehung des Alterswohnprojektes Bodan 44+. Hier ist von Anfang an der Grünraum als gemeinsam entwickelter, geplanter, genutzter und bewirtschafteter Garten mitgedacht worden. Da der Mitinitiant Peter Eberhard, der auch im Forschungsprojekt Grünräume für die zweite Lebenshälfte mitgearbeitet hat, in dieser Siedlung wohnt, konnte die Projektleiterin das Entstehen des Gartens von Anbeginn eng begleiten und gezielt beobachten. So konnten nicht nur wertvolle Erfahrungen gesammelt und Erkenntnisse gemacht werden, sondern auch zielgerichtet über viele Jahre hinweg eine ausführliche Dokumentation aufgebaut werden, die Grundlage für das Forschungsprojekt war.

### 2.1 Hypothesen und Forschungsfragen

Die das Forschungsprojekt leitende Hypothese hiess: „Entsprechend geplante und gemeinsam genutzte Aussenräume tragen wesentlich zu mehr Lebensqualität und Wohlbefinden, zu einer selbstständigen, gesunden und sinnerfüllten Gestaltung der zweiten Lebenshälfte bis weit ins hohe Alter bei.“ Aus der Hypothese ergaben sich grundlegende Fragen:

- Welche Rolle kann der gemeinsame Garten bzw. Siedlungs-Grünraum als Ort von Kommunikation, des Kontaktes und des Miteinanders, als Ort aktiver Betätigung und zugleich aber auch als Ort der Kontemplation und Erholung in immer dichter werdenden urbanisierten Räumen für ältere Menschen spielen?
- Welche Bedürfnisse haben ältere Menschen an den Garten und welchen Anforderungen muss er standhalten können?
- Wie muss er beschaffen sein?
- Was für Bedingungen und Prozesse braucht es, dass Menschen einen gemeinsamen Garten ins Auge fassen, ein Gartenprojekt zusammen entwickeln und der Garten längerfristig auch gemeinsam genutzt und möglichst ökonomisch bewirtschaftet wird?
- Wie und welche ökologischen Qualitäten lassen sich über eine Teilhabe am Grün stärken?
- Wie sieht eine Ästhetik aus, die von einer Gruppe gemeinsam entwickelt und getragen wird?

Diesen Fragen wurde im Forschungsprojekt nachgegangen - immer unter den oben beschriebenen Aspekten der

<sup>73</sup> vgl. Zebski, Monika: Freiräume für ältere Menschen. Arbeitsberichte des Fachbereichs Architektur, Stadtplanung, Landschaftsplanung Heft 167, Universität Kassel 2007.

Rita Schneider-Sliwa: Städtische Umwelt im Alter. Präferenzen älterer Menschen zum altersgerechten Wohnen, zur Wohnumfeld- und Quartiersgestaltung. Basler Stadt- und Regionalforschung, Geographisches Institut Basel, Band 26, 2004.

<sup>74</sup> vgl. u.a. Cassidy, Patty: Entspanntes Gärtnern für Senioren: Wie man sich im Alter sein grünes Paradies erhält. Ulmer Verlag, Stuttgart 2013.

Kleinod, Brigitte: Gärten für Senioren. Praktisch und pflegeleicht. Ulmer Verlag, Stuttgart 2011.

Hurka, Werner; & Milde, Henning: Gärtenfreude bis ins hohe Alter. Wie man sich das Gärtnern leicht machen kann. Woto Verlag, Bad Schönborn 2002.

Kleinod, Brigitte: Das Hochbeet. Vielfältige Gestaltungsideen für Gemüse-, Kräuter- und Blumengärten. Pala Verlag, Darmstadt 2009.

psychischen und physischen Gesundheit, die mit einem ästhetisch-ökologischen und einem sozial-räumlichen Ansatz für den Garten gekoppelt ist, ohne ökonomische Aspekte und Fragen der Bewirtschaftung auszulassen.

## 2.2 Projektziele

Um Antworten auf die Hypothese und den daraus abgeleiteten Forschungsfragen zu finden, wurden sieben exemplarische Aussenraumprojekte (best-practice-Beispiele) unterschiedlicher Wohnformen für ältere Menschen – von der Altershausgemeinschaft, der Alterssiedlung bis hin zu grösseren Mehrgenerationen-Genossenschafts-siedlungen – analysiert, ausgewertet und ausführlich dokumentiert, bei denen der Garten eine Rolle für das Zusammenleben der Menschen spielt. Die sieben Projekte wurden vor allem aus Sicht der Nutzenden sowie mit einer mehrperspektivischen Betrachtungsweise analysiert und zwar besonders im Hinblick auf:

1. die Gestaltung der **komplexen sozialen Prozesse**, die für den Entwurf, die Planung, Nutzung und Bewirtschaftung eines gemeinsam genutzten und angeeigneten Aussenraums sinnvoll und langfristig tragend sind;
2. wesentliche **sozial-räumliche und gestalterische Qualitäten**, die ein Wohnaussenraum für ältere Menschen enthalten sollte;
3. **Nachhaltigkeit** der Projekte (ökologische, ökonomische, soziale, kulturelle Dimension).

Dieses Projekt soll dazu beitragen, dass das soziale, kulturelle und gesundheitliche aber auch das ökologische und ökonomische Potential grüner Wohnaussenräume gerade für ältere Menschen unter den Entscheidungsträgern, Planern, Bauherren und der allgemeinen Bevölkerung vermehrt erkannt wird. Es soll dazu beitragen, dass grüne Aussenräume in Zukunft vermehrt unter diesen Aspekten entworfen, geplant, realisiert, genutzt sowie bewirtschaftet werden.

Mit diesem Projekt sollen zugleich Menschen, die den Wunsch haben, sich die Grünräume ihrer Wohnsituation anzueignen, Mut gemacht werden, diesen Wunsch zu äussern und sich an einem Gartenprojekt zu beteiligen, es zu initiieren oder eine bestehende Situation zu verbessern. Für alle, die gemeinsam gärtnern wollen liefert dieses Projekt eine Realisierungshilfe. Anderen, die zu euphorisch begonnen haben zeigt es auf, dass es Einiges zu einer Realisierung eines gemeinsamen Gartenprojektes braucht, damit es längerfristig Bestand hat.

Insofern lagen die **Projektziele** auf verschiedenen Bereichen:

- **Optimierung von gemeinsamen Wohnaussenräumen** zu wohnlich gestalteten, vielfältig nutz- und erlebbar Räumen, die ökologisch wertvoll, ästhetisch ansprechend und bezahlbar sind sowie von älteren Menschen/bzw. Generationenübergreifend gemeinsam gepflegt und bewirtschaftet werden können.
- **Steigerung der Lebensqualität älterer Menschen**, bzw. Beitrag zu einer sinnerfüllteren und gesunderen und längerfristig selbständigeren Gestaltung der zweiten Lebenshälfte.
- Erarbeitung eines **praktischen „Werkzeuges“** mit Schritt-für-Schritt Anleitungen für Menschen, die gemeinsam ein Gartenprojekt in die Hand nehmen wollen (von der Entwicklung bis zur Bewirtschaftung und Pflege).
- **Anfachung einer breiteren Diskussion** über die Bedeutung von Wohnaussenräumen für ältere Menschen – insbesondere durch die Publikation eines ansprechenden, reich bebilderten, umfangreichen Themenheftes der Zeitschrift Hochparterre, in der die 7 Fallbeispiele anschaulich dargestellt sind und weitere Beiträge das Thema einem breiteren Publikum sowie wesentlichen Akteuren zugänglich macht.
- **Bereitstellung eines Ideenfundus mit konkreten Anregungen, Denkanstössen** und weiterführenden Informationen, die auch längerfristig abrufbar sind (neu erstellte Webseite).
- Beitrag zu einer vergrösserten **Handlungsbereitschaft** bei allen Zielgruppen über die dokumentierten Beispiele und Projektergebnisse.
- Förderung einer **nachhaltigeren Gestaltung von Wohnaussenräumen** durch
  - eine ganzheitliche Betrachtungsweise
  - eine Fokussierung auf die gesundheitlichen Ressourcen und Potentiale der Wohnaussenräume
  - den Fokus auf bottom-up-Prozesse sowie auf Partizipation in bestimmender, demokratischer Weise
  - eine mehrperspektivische Analyse, die der Komplexität des Gegenstandes Rechnung trägt.
- Auf **politisch-gesellschaftlicher Ebene** gibt das Projekt Impulse zur Förderung und Gestaltung von **nachhaltigen Siedlungsentwicklungsprozessen**.

**Mittelbare Ziele** der Forschungsarbeit waren denn auch die Verfassung von Publikationen und Berichten aus den gewonnenen Erkenntnissen (insbesondere das Hochparterre-Themenheft), die Erstellung der „Toolbox“ als Leitfaden mit Handlungsanleitungen und Entscheidungshilfen für Gartenprojektinitianten – als praktisch nutzbares Werkzeug für das gemeinsame Initiieren, Planen, Realisieren, Nutzen und Bewirtschaften eines gemeinsamen Gartens im Alter sowie die Webseite [www.alter-gruen-raum.ch](http://www.alter-gruen-raum.ch). Weiterhin fließen die Erkenntnisse in die Hochschullehre ein.

## 3. Gesundheit, Wohlbefinden und Lebensqualität – Wohnaussenräume als Ressourcen

### 3.1 Gesundheit

Lange Zeit hat das biomedizinische Modell den Diskurs um Gesundheit bestimmt. Gesundheit oder besser Krankheit lag in der Definitionshoheit von Mediziner\*innen und entsprechend wurde Gesundheit durch die Abwesenheit von Krankheit charakterisiert. Eine umfassendere Betrachtung von Gesundheit beginnt mit der Definition in der Verfassung der Weltgesundheitsorganisation (WHO) vom Juli 1946<sup>75</sup>. In dieser Verfassung wurde festgehalten, dass „Die Gesundheit ein Zustand des vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlergehens (ist) und nicht nur das Fehlen von Krankheit“. Konzeptionell wird mit dieser Definition zum einen Zugang zur individuellen Wahrnehmung (des Wohlergehens oder Wohlbefindens) geschaffen wobei Gesundheit in dieser Definition jedoch sehr ideal und überhöht (und im wirklichen Leben kaum zu realisieren) dargestellt ist. Vor allem wird mit dieser Definition Gesundheit in den Rahmen weiterer Lebenszusammenhänge und Disziplinen gestellt (über die Medizin hinaus z.B. Disziplinen wie die Soziologie, Psychologie, Kulturanthropologie). Damit wird eine moderne, interdisziplinäre, dem komplexen Gegenstand angemessene Sichtweise eröffnet. V.a. wird dem Umstand Rechnung getragen, dass die Gesundheit des Menschen in sozialen Zusammenhängen entsteht.

Der Mensch ist als soziales Wesen auf eine befriedigende Einbettung in einen sozialen Kosmos angewiesen. Gesundheit erhält mit diesem Lebensbezug Prozesscharakter und die Förderung von Gesundheit ist eine Aufgabe von Gemeinschaften. In der Ottawa-Charta zur Gesundheitsförderung wurde die ältere WHO-Definition mit ihrer umfassenden, aber statischen Vorstellung von Gesundheit, um den genannten Prozesscharakter von Gesundheit erweitert. Gesundheit entsteht in dieser Sichtweise in einem offenen und dynamischen Prozess in der Bewältigung des Lebensalltags von Menschen. Bei der Bewältigung dieser Anforderungen helfen interne (wie Bildung und Persönlichkeitsmerkmale) und externe Ressourcen (z.B. soziale Unterstützung, befriedigende Wohn- und Arbeitssituation) von Menschen. Wo interne und externe Ressourcen in ausreichendem Masse vorhanden sind, ermöglichen sie den Menschen eine erfolgreiche Bewältigung von Anforderungen und damit, sich auf dem Krankheits-/Gesundheitskontinuum in Richtung Gesundheit zu bewegen.

Die Salutogenese sucht eine Orientierung an positiven Ressourcen und bricht damit mit einer an Krankheit und Risiken orientierten Sichtweise. Es handelt sich damit um eine Qualität des Verbundenseins mit der Mit- und Umwelt. Aaron Antonovsky hat diese aktive und engagierte Orientierung mit dem Konzept des Kohärenzgefühls erfasst. Kohärenzgefühl entsteht, wenn Menschen sich mit ihren Umwelten und Mitmenschen verbinden (Dimension der Sinnhaftigkeit). Wenn sie das Gefühl haben, sie können ihr soziales Umfeld verstehen (Verstehbarkeit), sich selber mit als sinnvoll empfundenen Tätigkeiten in dieses Umfeld einbringen und sich selber als wirksam erfahren, in dem Sinne, dass sie ihr Umfeld mitbeeinflussen können (Handhabbarkeit). Gesundheit entsteht somit im sozialen Lebensprozess und hängt in starkem Masse auch mit der Frage zusammen, welche sozialen Erfahrungen ein Mensch macht und inwiefern soziale Beziehungen den Aufbau von Kohärenzgefühl ermöglichen. Antonovsky vertrat die Ansicht, dass sich dieses Gefühl der Verbundenheit insbesondere in den Kinderjahren und der Jugendzeit entwickelt. Boden für das Kohärenzgefühl sind soziale Beziehung und zwischenmenschliche Kommunikation. Unterstützend für das Kohärenzgefühl ist aber auch die Möglichkeit, über generalisierte Widerstandsressourcen zu verfügen. Dazu gehören individuelle Faktoren wie Persönlichkeitsmerkmale, aber auch soziale und kulturelle Faktoren, wie Bildung, Einkommen etc.

<sup>75</sup> Für die Schweiz in Kraft getreten am 7. April 1948.

Das Konzept der Salutogenese weist Verwandtschaft mit Konzepten der Resilienz, Selbstermächtigung etc. auf. Kennzeichnend für das Konzept ist der Aspekt, dass sich der Mensch mit seiner Mitwelt verbindet, sich an positiven „sinnvollen“ Zielen ausrichtet, sich dabei in der Bewältigung von Anforderungen auf eine Vielzahl von Ressourcen stützen kann. Die Salutogenese knüpft an subjektiven Wahrnehmungen und betont die Wichtigkeit von eigenem Handeln im Rahmen von Handlungs-Optionen. Dabei werden diese individuellen Mechanismen in engem Zusammenhang mit dem sozialen und gesellschaftlichen Umfeld analysiert. Die untersuchten Systeme sollen möglichst als selbstbestimmte Lebenswelten gestaltet werden. Durch Gemeinschaftsaktionen werden Lebenswelten zukunfts- und lösungsorientiert verändert und entwickelt. Die Prinzipien der Gesundheitsförderung basieren auf diesen Überlegungen.

### 3.2 Gesundheitsförderung und Nachhaltige Entwicklung

Die Ottawa-Charta der Weltgesundheitsorganisation WHO<sup>76</sup> stellt einen wichtigen Schritt in der Geschichte von Gesundheit und Gesundheitskonzepten dar, indem in diesem Papier die Gesundheitsförderung in den Rahmen konkreter Lebenswelten sowie in den Rahmen von Ökologie und Nachhaltiger Entwicklung gestellt wurde. Damit wurde die Umwelt, das Ökosystem, der schonende Umgang mit Ressourcen wieder Teil eines ganzheitlich verstandenen Konzepts.

Gesundheitsförderung kann als Teil des umfassenderen Prozesses der nachhaltigen Entwicklung begriffen werden. Eine gezielte Gesundheitsförderung richtet sich auf die Stärkung von Ressourcen auf individueller, aber auch auf sozialer Ebene (Ressourcenstärkung bei Einzelpersonen oder Bevölkerungsgruppen). Umweltfaktoren und Naturressourcen sowie auch soziale Ressourcen sind in einem grossen Ausmass bestimmend für Gesundheits- und Lebenserwartungen.

Der Freiraum, der Aufenthalt in der Natur oder naturnahen Räumen stellen zentrale Ressourcen für die körperliche, psychische und physische Gesundheit dar und eröffnen spezifische Zielsetzungen im Rahmen der Gesundheitsförderung. Grüne Wohnaussenräume sind Orte der Begegnung und des sozialen Kontaktes. Wirkungen erfolgen direkt, indem der Naturkontakt positive gesundheitliche Wirkungen entfaltet (z.B. Erholungs- und Entspannungsfunktionen; Raum für körperliche Aktivitäten bieten, vgl. Kapitel 3.5), aber auch indirekt, indem Grün- und Freiräume Orte der sozialen Begegnung darstellen (beide Aspekte sind für das vorliegende Projekt zentral).

Eine geeignete Grünraumgestaltung beinhaltet ein reiches Gesundheitspotential. Grüne Umwelteinflüsse werden in der Literatur in der Regel unter dem Begriff der Landschaft erfasst und diskutiert. Die Landschaftswirkungen sind vielfältig, beziehen sich auf direkte Wirkungen durch Naturexposition, auf ein einladendes Umfeld, das zu (Gemeinschafts-) Aktivitäten anregen kann, sowie auf symbolische Funktionen von Natur (Landschaft als Metapher für Sehnsüchte, Erinnerungen, Emotionen, Legenden, Mystik.<sup>77</sup> Generell ist die Literatur zum Feld des Wirkungszusammenhangs von Landschaft und Mensch zu vielgestaltig und reich, um hier im Detail wiedergegeben zu werden. Die Schwierigkeit der Betrachtung gesundheitsfördernder Faktoren liegt etwas in der Breite der möglichen Wirkfaktoren für unterschiedliche Zielgruppen mit unterschiedlichem Bedarf nach Gesundheitswirkungen, im komplexen Zusammenwirken dieser Faktoren, wie auch in der extremen Vielfältigkeit der betrachteten (oder zu schaffenden) Landschaften oder Räume.

Gesundheitsförderung und Nachhaltige Entwicklung geben in diesen Situationen ein strategisches und methodisches Raster ab, wie für die Gestaltung geeigneter Grün- und Freiräume vorgegangen werden kann. Diese strategischen Prinzipien sind bereits vielfach angewendet worden und es liegt hinsichtlich des Transformationswissens ein reicher Fundus von Methoden und Erfahrungen vor. Dieser Fundus an Transformationswissen wird im vorliegenden Projekt bereichert bezüglich der Gestaltung von Wohnaussenräumen für ältere Menschen.

<sup>76</sup> Von der WHO verabschiedet 1987, publiziert in: World Health Organization & Association, Canadian Public Health. (1987). Ottawa charter for health promotion. *Bulletin of the Pan American Health Organization (PAHO)*, 21(2), S. 200-204.

<sup>77</sup> vgl. Abraham, Andrea, Sommerhalder, Kathrin, Bolliger-Salzmann, Heinz, & Abel, Thomas: Landschaft und Gesundheit: Das Potential einer Verbindung zweier Konzepte: ub, Universität Bern, Institut für Sozial-und Präventivmedizin, Abteilung Gesundheitsforschung, 2007, S. 13

### 3.3 Wohlbefinden und Lebensqualität

Das habituelle Wohlbefinden (well-being) beinhaltet eine eher subjektiv basierte Einschätzung des allgemeinen Lebensglückes. Der Begriff der Lebensqualität fasst diese eher individuelle Sichtweise in einer Perspektive der Mensch-Umwelt-Interaktion zusammen. Als Wohlstandsindikator ist das Konzept des Wohlbefindens Ausdruck von Wohlstand und gesellschaftlicher Teilhabe. Es wird gerne auch im internationalen Ländervergleich verwendet und stellt so etwas wie einen Erfolgsmesser für die gute Gestaltung gesellschaftlicher Entwicklung dar. Das Wohlbefinden kann sich auf verschiedenen Lebensbereiche beziehen und es gibt eine Reihe von Indikatoren, die dieses Wohlbefinden in verschiedenen Lebensbereichen zu erfassen versuchen.

Im Begriff der Lebensqualität wird das Richtziel der nachhaltigen Entwicklung zusammengefasst – für heutige und zukünftige Generationen, in Nord und Süd. Gesundheit ist (neben Bildung, Kultur, Sicherheit/Gleichberechtigung und Solidarität) eine zentrale Zielgrösse im Pfeiler der sozialen Nachhaltigkeit.

Die gesundheitspsychologische Literatur weist v.a. auf die Bedeutung sozialer Faktoren für das habituelle Wohlbefinden hin. In Abbildung 3.1 wird dieser Zusammenhang veranschaulicht. Das habituelle Wohlbefinden hängt neben den meist genannten gesundheitlichen Aspekten von der Qualität und Quantität der Sozialkontakte einer Person ab. Eine Reihe von strukturellen und sozio-kulturellen Faktoren rahmen diese Zusammenhänge.

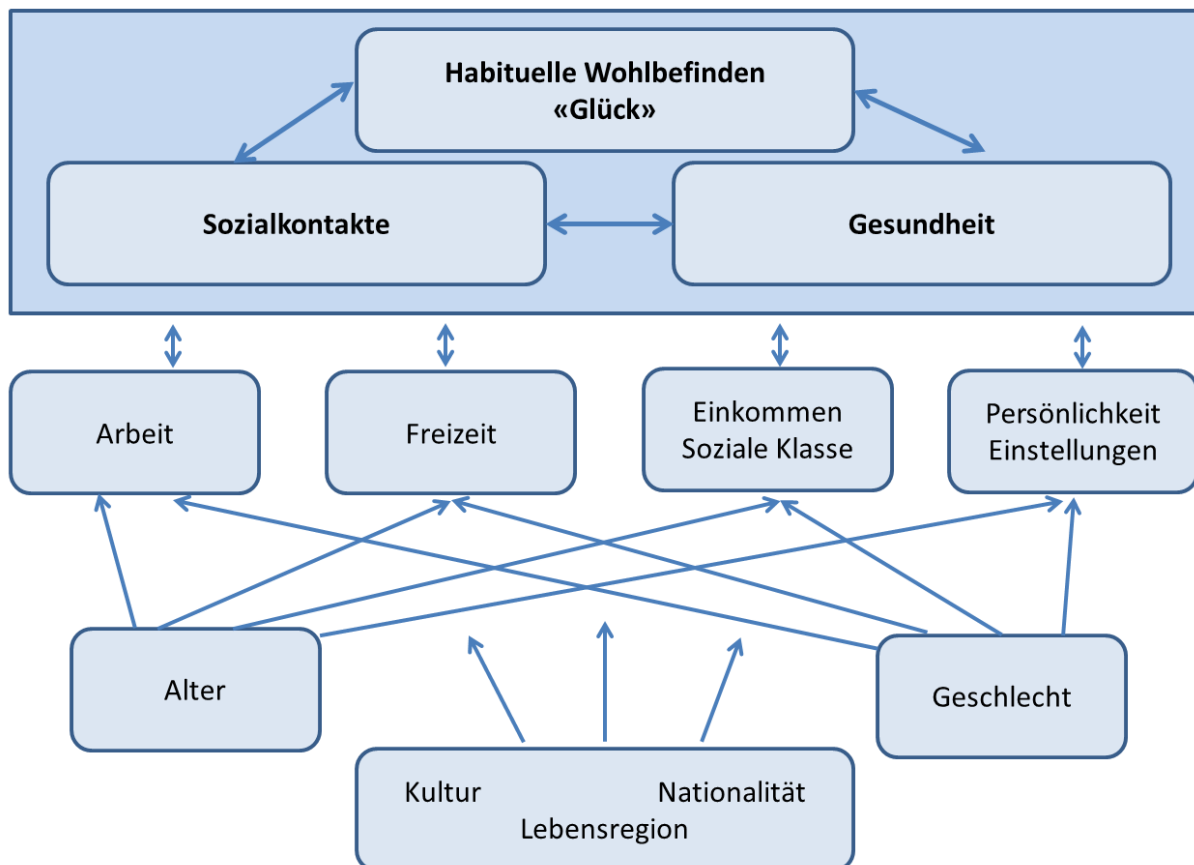


Abbildung 3.1: Maderthaner Wohlbefinden, Gesundheit und Sozialkontakte (Maderthaner, 1995, S. 179)

Eine einheitliche Definition des Begriffs Lebensqualität liegt in der Forschung nicht vor. Vielmehr wird der Begriff aufgrund seiner unterschiedlichen Facetten auf unterschiedliche Weise verwendet. In einer ersten Näherung stellt Lebensqualität eine individuelle Wahrnehmung, auf dem Grad des Wohlbefindens, so etwas wie Lebenszufriedenheit dar. Nach Harald Rüssler et al.<sup>78</sup> sind generell drei Varianten denkbar: Lebensqualität kann zum einen als Ausdruck objektiver Lebensbedingungen betrachtet werden, Lebensqualität kann zum anderen als Ausdruck

<sup>78</sup> Rüssler, Harald, Köster, Dietmar, Stiel, Janina & Heite, Elisabeth: Lebensqualität im Wohnquartier. Ein Beitrag zur Gestaltung alternder Stadtgesellschaften. Kohlhammer, Stuttgart 2015, S. 21

subjektiver Wohlbefindens aufgefasst werden, oder schliesslich kann Lebensqualität als integrativer Ansatz verstanden werden, bei dem objektive Lebensbedingungen und subjektives Wohlbefinden miteinander verwobene Konzepte darstellen. In diese Richtung geht auch die Definition der WHO.<sup>79</sup> Diese definiert Lebensqualität als „die individuelle Wahrnehmung von Menschen ihrer eigenen Lebenslage im Rahmen der Kultur und des Wertesystems in dem sie leben und in Bezug auf ihre Ziele, Erwartungen, Gepflogenheiten und Befürchtungen. Es handelt sich um ein breites Konzept, das von der körperlichen Gesundheit, der psychischen Befindlichkeit, persönlichen Überzeugungen, sozialen Beziehungen sowie von weiteren typischen Merkmalen ihrer Umwelt beeinflusst ist“ (eigene Übersetzung, Originalzitat der WHO<sup>80</sup>).

In dieser Arbeit wird der Fokus auf Aspekte der Interaktion von Umwelt und Wahrnehmungen von Umwelt gelegt. Diese Betrachtungsweise hat sich in Anlehnung an Anita Spellerberg<sup>81</sup> in verschiedenen Studien und Sozialberichtskonzeptionen etablieren können (z.B. Schweizer Armutsstudie<sup>82</sup>). Dieser Fokus auf das Zusammenwirken von objektiven und subjektiven Faktoren wird auch in der vorliegenden Studie eingenommen. Die Abbildung 3.2. veranschaulicht die Rahmensetzung des Konzeptes von Lebensqualität.

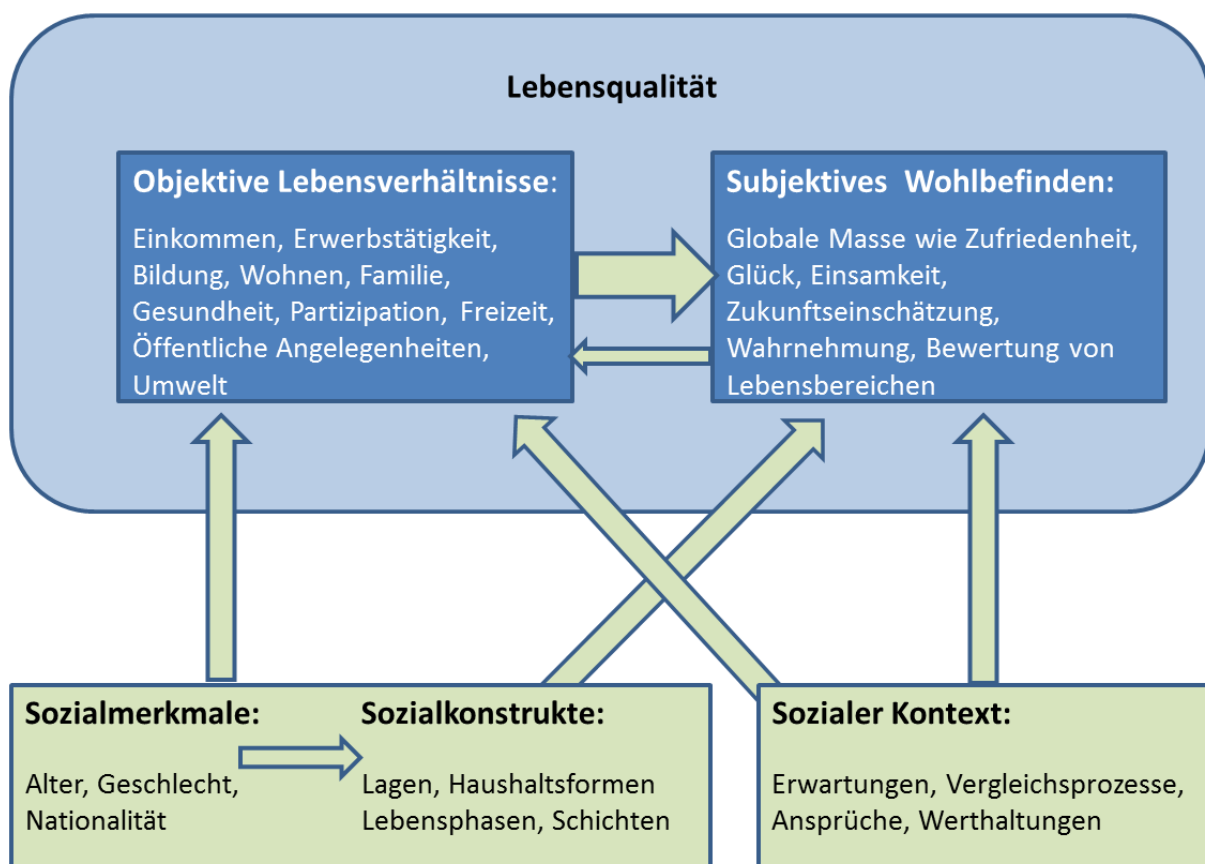


Abbildung 3.2: Lebensqualität in der Darstellung von Anita Spellerberg, 1996, S. 51

Diese Konzeption hat den Vorteil, dass objektiv messbare Kenngrößen und Indikatoren und subjektive Perspektiven, Wahrnehmungen und Bewertungen in ihren Interaktionen und Abhängigkeiten betrachtet werden können. Für Wohnraumnutzungen und ihre Nutzungsqualität sind beide, sich ergänzende Perspektiven entscheidend und somit wichtig für die Nutzung von Grünräumen als Ressource für Gesundheit. Selbstverständlich hat jeder Le-

<sup>79</sup> WHOQOL: Measuring Quality of life. Vgl. <http://www.who.int/healthinfo/survey/whoqol-qualityoflife/en/>: "WHO defines Quality of Life as an individual's perception of their position in life in the context of the culture and value systems in which they live and in relation to their goals, expectations, standards and concerns. It is a broad ranging concept affected in a complex way by the person's physical health, psychological state, personal beliefs, social relationships and their relationship to salient features of their environment."

<sup>80</sup> vgl. ebenda

<sup>81</sup> Spellerberg, Anita: Soziale Differenzierung durch Lebensstile: eine empirische Untersuchung zur Lebensqualität in West- und Ostdeutschland. Edition Sigma, Berlin 1996, vgl. insbesondere auch die Abbildung 4, S. 87.

<sup>82</sup> Leu, Robert E.; Burri, Stefan & Priester, Tom: Lebensqualität und Armut in der Schweiz. Paul Haupt Verlag, Bern 1997.

bensbereich seine Qualitäten und Indikatoren. Rainer Maderthaler schlägt ebenfalls vor, objektive und subjektive Faktoren von Lebensqualität auch begrifflich zu trennen: Für die objektiven Faktoren verwendet er den Begriff der *Lebensbedingungen* und für die subjektiven denjenigen der *Lebenszufriedenheit*.<sup>83</sup> Unbestritten ist auch bei Maderthaler, dass beide Aspekte – objektive Bedingungen und subjektive Faktoren – eine Rolle spielen. Maderthaler zeigt, dass Wohlbefinden und Lebensqualität einer Person von der Befriedigung individueller Bedürfnisse abgeleitet werden kann. Können Bedürfnisse befriedigt werden, entsteht Lebensqualität, werden Bedürfnisse nicht befriedigt, kann dies – ev. verzögert – bis hin zu aggressiven, depressiven oder apathischen Reaktionen führen<sup>84</sup> (vgl. dazu auch Tabelle 3.1 und Abbildung 3.4).

Neben der Sichtweise auf subjektive Aspekte von Wohlbefinden (bio-psycho-soziale Aspekte von Gesundheit) schliesst diese Betrachtungsweise auch objektive Komponenten ein. Bezogen auf den Wohnaussenraum gehört dieser Raum zu den objektiven Lebensbedingungen. Dessen Gestaltung ist für das Wohlbefinden der Nutzenden von Bedeutung. Wichtig ist diese „objektive“ Referenz insofern, weil im vorliegenden Projekt neben psycho-sozialen Aspekten ebenfalls ästhetische, räumliche, ökologische und auch ökonomische Aspekte der entsprechenden Grünräume untersucht wurden. Diese Aspekte wurden in unterschiedlicher Tiefe analysiert. Der Fokus der vorliegenden Forschungsarbeit liegt auf der Perspektive der Nutzenden und den sozialen Prozessen, rund um Initiierung, Entwurf, Bau, Pflege und Nutzung der Grünräume.

Die Forschung von André Radlinsky et al.<sup>85</sup> verweist besonders auf die Bedeutung von subjektiven Bewertungsprozessen, auf die Rolle von Werten und Normen bei der Bewertung von Umwelten (vgl. Abbildung 3.3) sowie auch auf das Bewältigungsverhalten.

---

<sup>83</sup> Maderthaler, Rainer: Wohlbefinden, Lebensqualität und Umwelt. In: Ise Kryspin-Exner, Brigitte Lueger-Schuster & Germain Weber (Eds.), *Klinische Psychologie und Gesundheitspsychologie - Postgraduelle Aus- und Weiterbildung* (S. 483-508). WUV / Universitätsverlag, Wien 1998

<sup>84</sup> Maderthaler, Rainer: Soziale Faktoren urbaner Lebensqualität. In: Alexander Keul (Hrsg.): *Wohlbefinden in der Stadt*. Psychologie Verlags Union, Weinheim 1995, S. 172-197, hier S. 173

<sup>85</sup> Radlinsky, André; Theler, Christoph; Lehmann, Bernhard: Soziale Nachhaltigkeit in der Schweizer Landwirtschaft. *AGRARForschung*, 2000, 7 (8), S. 342-347.

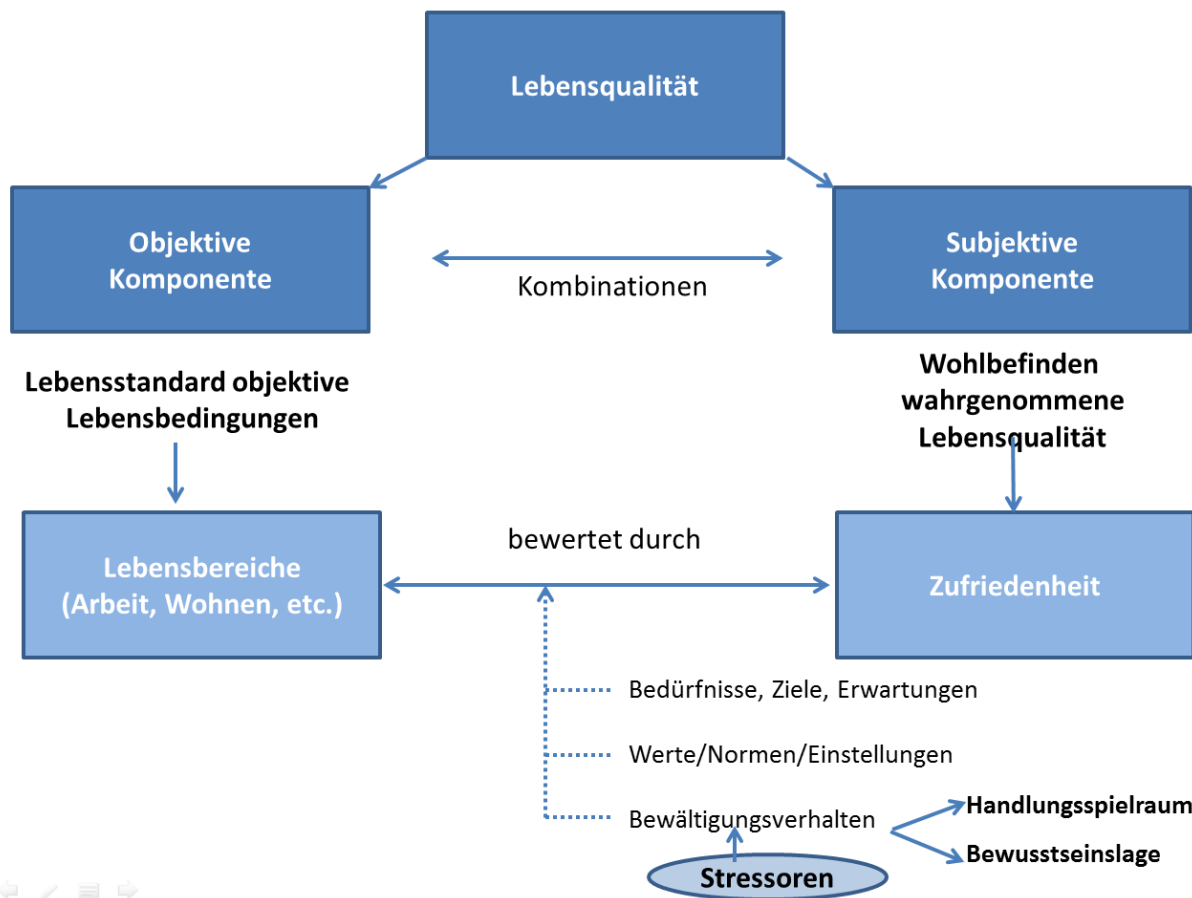


Abbildung 3.3: Lebensqualitätsmodell nach Radlinsky, Theler & Lehmann, 2000

Wichtig erscheint, ob Individuen über einen Handlungsspielraum verfügen, diesen wahrnehmen und auch in Anspruch nehmen können. So drückt sich Deprivation nach Amartya K. Sen<sup>86</sup> in einer Beschränkung von Handlungsoptionen aus. Thomas Abel und Katherine L. Frohlich<sup>87</sup> heben in Anschluss an Sen<sup>88</sup> den Aspekt der aktiven Rolle für Individuen hervor, als Agenten in der Minimierung von gesundheitlicher Ungleichheit funktionieren zu können. Übertragen auf das Thema des Wohnraums könnte formuliert werden: Menschen mit vielen Ressourcen können (auch) ihren Wohnraumsressourcen generierend gestalten (durch eine Vielfalt von zur Verfügung stehenden Handlungs- und Gestaltungsoptionen) und so zu Gesundheit und Wohlbefinden finden – für sich selber, aber möglicherweise auch in einer siedlungsübergreifenden Perspektive.

Das Konzept der Lebensqualität stellt somit eine Art Dachkonzept dar, mit dem die in Bezug auf eine nachhaltige Wohnraumsraumgestaltung verschiedenen sozialen, ökologischen, ästhetischen und ökonomischen Dimensionen zusammen benannt und beschrieben werden können. Mit dem Konzept lassen sich die normativen Zielsetzungen in den verschiedenen Bereichen in Bezug auf den Wohnraumsraum festlegen. Das Konzept der nachhaltigen Entwicklung umfasst auch im Bereich des Wohnraums die notwendigen Wissensformen:

- Systemwissen (wie wird ein Wohnraumsraum genutzt?),
- Zielwissen (welche Ziele und Funktionen könnte/müsste er künftig erfüllen?) und
- Transformationswissen (wie kann ich einen Veränderungsprozess in Gang setzen?)<sup>89</sup>.

<sup>86</sup> vgl. zum Beispiel die folgende Paper-Sammlung: Amartya Kumar Sen: Choice, welfare and measurement: Harvard University Press, Cambridge 1997.

<sup>87</sup> Abel, Thomas & Frohlich, Katherine L.: Capitals and capabilities: linking structure and agency to reduce health inequalities. Social science & medicine, 2012, 74(2), 236-244.

<sup>88</sup> Sen, Amartya Kumar: Choice, welfare and measurement: Harvard University Press, Harvard 1997.

<sup>89</sup> Pohl, Christian, & Hirsch Hadorn, Gertrude: Gestaltungsprinzipien für die transdisziplinäre Forschung – Ein Beitrag des td-net. München: oekom. 2006, S. 36.

Das Projekt leistet zu allen Wissensformen einen Beitrag. Der Fokus der Analysen in diesem Bericht liegt auf den sozialen Aspekten in konkreten Fallstudien. Ziele müssen für jeden Fall in Abhängigkeit der Akteure festgelegt werden. Die Gartenbox hilft, hier den Horizont für mögliche Gestaltungsmöglichkeiten zu weiten. Insbesondere leistet sie aber auch Transformationswissen, in dem sie konkretes Handeln strukturiert und unterstützt.

In der Zusammenfassung des *Schwerpunktprogramms Umwelt Schweiz* heisst es: „Die Nachhaltige Entwicklung ist ein Teil von Lebensqualität“<sup>90</sup>. Gesundheit stellt aus dieser Perspektive eine zentrale Dimension innerhalb der *Sozialen Dimension* von Nachhaltigkeit dar, neben Aspekten wie Bildung, Kultur, Rechtsgleichheit und Sicherheit sowie Solidarität. Folglich fasst Lebensqualität (oder auch „Glück“) alle Nachhaltigkeits-Dimensionen zusammen.

### 3.4 Biographie, Sinnfindung und psychische Gesundheit

Gesundheit und Lebensqualität sind Konstrukte, die mit der Biographie eines Menschen verbunden sind und sich beständig herstellen und wandeln. Salutogene und pathogene Prozesse können sich verfestigen und sich in die (Körper-)Erfahrungen von Menschen einschreiben. In seiner Entwicklung sieht sich der Mensch mit Ressourcen ausgestattet, aber auch mit belastenden Faktoren. Wie Ulrich Gerhard zeigt, spielt das Naturerleben in der Entwicklung des Kindes zum Erwachsenen eine wichtige Rolle.<sup>91</sup> Auf Otto Friedrich Bollnow gehen jene modernen Untersuchungen zurück, die sich mit dem konkreten Raum als „erlebten oder gelebten Raum“<sup>92</sup> beschäftigen. Vor allem Gernot Böhme hat im Zusammenhang mit der jüngeren, kritischen Ästhetik-Forschung auf die Bedeutung der „emotionalen Beteiligung“<sup>93</sup> und der *Atmosphäre*<sup>94</sup> bzw. „Gestimmtheit“ eines Raumes hingewiesen, die auch für das Erleben des Wohnraumes wesentlich ist: „In der Wahrnehmung der Atmosphäre spüre ich, in welcher Art Umgebung ich mich befinde. Diese Wahrnehmung hat also zwei Seiten: auf der einen Seite die Umgebung, die eine Stimmungsqualität ausstrahlt, auf der anderen Seite ich, indem ich in meiner Befindlichkeit an dieser Stimmung teilhabe und darin gewahre, dass ich jetzt hier bin. [...] Umgekehrt sind Atmosphären die Weise, in der sich Dinge und Umgebungen präsentieren.“<sup>95</sup> Neben der Vorstellung des biologistischen Modells einer – wissenschaftlich nicht völlig unbestrittenen – stammesgeschichtlichen Programmierung des Menschen,<sup>96</sup> nach was für Prinzipien eine als „schön“ empfundene Umgebung gestaltet sein sollte sowie durch entsprechende Heranführung erlernbaren räumlich-ästhetischen Urteilkriterien,<sup>97</sup> spielt die einzelgeschichtliche Entwicklung also eine Rolle, in welchen Landschaften bzw. Grünräumen wir uns besonders wohlfühlen und welche Naturerlebnisse uns besonders ansprechen und zu einer Gesundheitsressource werden können. Werner Nohl hat den Zusammenhang zwischen Landschaft bzw. Landschaftserlebnissen und Erinnerung empirisch nachgewiesen und spricht von einer „Typologie der Erinnerungen, die sich der Mensch im Laufe seines Lebens aneignet“<sup>98</sup>, an der die gegenwärtigen Erlebnisse im Vergleich mit den erinnerten jeweils gemessen werden. Insofern erscheinen biographische Aspekte für die Nutzung und das positive Erleben des Wohnumfelds als Ressource wesentlich. Die Gartenbiographie kann parallel neben die biographische Entwicklung eines Menschen gestellt werden, das heisst: in der Gartenbiographie können Gesundheitsressourcen ermittelt werden. Naturbegegnung und Austausch mit Natur stellen dabei eine universelle Gegebenheit, die sich – in unterschiedlichen Formen – in jeder Biographie zeigt (unabhängig davon, ob Garten ein zentrales Element in der Biographie eines Menschen darstellt). In dieser biographischen Perspektive des Naturerlebens spiegelt sich auch die Entwicklung eines Menschen, respektive Natur eröffnet für Menschen eine vitale Ressource zur Lebensbewältigung und zur Sinnfindung. Der Mensch ist verbunden mit Natur, ebenso stark, bzw. wohl noch bedeutsamer, ist die Verbindung zu anderen Menschen.

<sup>90</sup> Häberli, Rudolf; Gessler, Rahel; Grossenbacher-Mansuy, Walter & Lehmann Pollheimer, Daniel: Vision Lebensqualität. Nachhaltige Entwicklung - Ökologisch notwendig, wirtschaftlich klug, gesellschaftlich möglich. Synthesebericht des Schwerpunktprogramms Umwelt Schweiz. Zürich, vdf: 2002, S. 11.

<sup>91</sup> Gerhard, Ulrich: Kind und Natur. Die Bedeutung der Natur für die psychische Entwicklung. Springer VS, 4. Auflage, Berlin 2013

<sup>92</sup> Bollnow, Otto Friedrich: Der Mensch und der Raum. In: Universitäts, 18. Jg. 1963, S. 499-514, S.499

<sup>93</sup> Böhme, Gernot: Ästhetik. Vorlesungen über Ästhetik als allgemeine Wahrnehmungslehre. Fink, München 2001, S.31 oder auch: Seel, Martin: Eine Ästhetik der Natur. Suhrkamp, Frankfurt am Main 1996 oder Liessmann, Konrad Paul: Schönheit. UTB, Facultas, Wien 2009

<sup>94</sup> Böhme, Gernot: Atmosphäre. Frankfurt am Main 1995

<sup>95</sup> Böhme, Gernot: Atmosphäre. Frankfurt am Main 1995, S. 96

<sup>96</sup> vgl. Richter, Klaus: Die Herkunft des Schönen. Grundzüge der evolutionären Ästhetik, Mainz 1999 sowie Müller-Jung, Joachim: Bettgeschichten in der Baumkrone. Die Kultiviertheit greift um sich: Umgangsformen bei Orang-Utans, in: FAZ, 6. Januar 2003

<sup>97</sup> vgl. Ästhetik als Erkenntnistheorie (Kant)

<sup>98</sup> Nohl, Werner: Landschaft und Erinnerung. In: Stadt+Grün 53, Nr.12, 2004, S. 37-44

Zahlreiche Untersuchungen belegen, dass seelische Gesundheit wesentlich davon abhängt, wie sehr wir Menschen mit anderen verbunden sind.<sup>99</sup> Im Nachgang von Alfred Adlers Konzept des *Gemeinschaftsgefühls*, mit dem Adler bereits in den 1920er und 1930er Jahren dargelegt hat, dass der Grad an seelischer Gesundheit im Verhältnis steht zum Grad der Eingebundenheit in der Gemeinschaft, haben später u.a. der Psychotherapeut Harry Stack Sullivan, der Bindungsforscher John Bowlby und Psychologe Abraham Maslow die Bedeutung der lebenslangen zwischenmenschlichen Bedürftigkeit des Einzelnen beschrieben. Wie Maslow<sup>100</sup> und später Townsend und Weerasuriya<sup>101</sup>, welche Maslows viel zitierte *Bedürfnispyramide*<sup>102</sup> weiterentwickelt haben, gezeigt haben, können wir Menschen Wertschätzung, Achtung und Bedeutung nur von anderen Menschen erhalten. Dies ändert sich auch im Alter nicht.

Rainer Maderthaler schreibt in diesem Zusammenhang, «dass die Lebensqualität des Menschen im Wesentlichen von den Möglichkeiten zur Befriedigung seiner individuellen Bedürfnisse abhängt und daher nur beschränkt über objektive Kriterien (»Sozial-, Wirtschafts- oder Umweltindikatoren«) erfasst werden kann. Befriedigende Sozialbeziehungen sowie seelische und körperliche Gesundheit können als wichtigste Voraussetzungen für habituelles Wohlbefinden («Glück») gelten. Ob es jemandem gelingt, befriedigende Sozialbeziehungen aufzubauen, hängt einerseits von den Chancen ab, Kontakte mit solchen Personen zu intensivieren, die sich in einer vergleichbaren Lebenslage befinden, und andererseits von der eigenen Kommunikationsbereitschaft, die allerdings durch die jeweilige räumliche und architektonische Struktur wesentlich mitbeeinflusst ist.»<sup>103</sup>

Auch die aussergewöhnliche *Harvard Grant Study*<sup>104</sup>, in der seit einem halben Jahrhundert immer dieselbe Kohorte Menschen in regelmässigen Abständen aus verschiedenen Blickwinkeln mit vielen persönlichen, intimen Fragen nach ihrer Lebenssituation und ihrem Befinden befragt wurde und weiterhin wird, belegt, dass das mit Abstand Wichtigste für ein zufriedenes Leben die einfühlsame Bindung bzw. die Beziehung zu anderen Menschen ist, wobei es keine Rolle spielt, ob es sich dabei um Familienangehörige handelt oder nicht. Wesentliche Funktionen sozialer Kontakte im Alter sind nach Martin Pinquart:

- „die Vermittlung des Gefühls der Geborgenheit und Verbundenheit
- die Kommunikation mit Gleichgesinnten
- die Bestätigung des Selbstwertes: die Möglichkeit, Rollenkompetenz zu zeigen
- das Gefühl, sich auf andere Menschen verlassen zu können
- Orientierung und Rat von anderen Menschen
- das Gefühl, von anderen Menschen gebraucht zu werden und diese zu brauchen.“<sup>105</sup>

Wie bereits erwähnt (vgl. 1.3), schliesst sich an die Frage der seelischen Gesundheit jene nach dem Sinn des Lebens an. Rudolf Vogel führt aus, dass *Sinn* ein komplexer Begriff ist, der schwer operationalisierbar ist. Weil Menschen verschiedene Vorstellungen haben „in Bezug auf Werte, Einstellungen und Sinn (...), kann Sinn nicht allgemein gültig definiert werden.“<sup>106</sup> Er belegt anhand der entsprechenden Literatur<sup>107</sup> jedoch wiederum, dass vor allem die „Beziehungen zu anderen Menschen (...) für die Gewinnung eines positiven Lebenssinns überaus wichtig“<sup>108</sup> sind.

<sup>99</sup> u.a. Lehr, Ursula: Psychologie des Alterns. Quelle & Meyer, 11. Auflage, Wiebelsheim 2007; Baltes, Paul B., Mittelstrass, Jürgen & Staudinger, Ursula M. (Hrsg.): Alter und Altern: ein interdisziplinärer Studententext zur Gerontologie. Walter de Gruyter, Berlin 1994.

<sup>100</sup> Maslow, Abraham H.: Motivation and Personality. Harper & Row Publishers, London 1954

<sup>101</sup> Townsend, M. Weerasuriya, R.: Beyond Blue to Green. The benefits of contact with nature for mental health and well-being. Beyond Blue Limited, Melbourne 2010

<sup>102</sup> Maslow, Abraham H.: Motivation and personality. Harper, New York 1954

<sup>103</sup> Maderthaler, Rainer: Soziale Faktoren urbaner Lebensqualität. In: A. Keul (Hrsg.): Wohlbefinden in der Stadt. Weinheim: Psychologische Vertragsunion, 1995, S.172-197, hier S. 172.

<sup>104</sup> vgl. Vaillant, George E. & Mukamal, K.: Successful Aging. In: American Journal of Psychiatry, 2001, S. 839–847; Vaillant, George E.: Aging Well, 2002; Vaillant, George E.: Triumphs of Experience: The Men of the Harvard Grant Study, Belknap Press 2012.

<sup>105</sup> Pinquart, Martin: Das Selbstkonzept im Seniorenalter, Beltz Verlag, Weinheim 1998, S.60

<sup>106</sup> Vogel, Rudolf: Lebenssinn in schwerer Krankheit. Dissertation, Tübingen 2010, S. 24

<sup>107</sup> u.a. Staudinger, U. & Dittmann-Kohli, F.: Lebenserfahrung und Lebenssinn. In: Baltes, Paul B.; Mittelstrass, Jürgen; Staudinger, Ursula (Hrsg.): Alter und Altern: ein interdisziplinärer Studententext zur Gerontologie. Walter de Gruyter, Berlin 1994.

<sup>108</sup> Vogel, Rudolf: Lebenssinn in schwerer Krankheit. Dissertation, Tübingen 2010, S.15.

In diesem Kontext wertvoll erscheint, auch die philosophische Sicht zur Bedeutung des Gartens mit einzubeziehen. Seit der Antike haben Philosophen und Dichter immer wieder diese Bedeutung des Gartens und die Tätigkeit des Gärtnerns für ein gutes, sinnerfülltes Leben hervorgehoben und dargelegt, dass Gärtnern und ein Aufenthalt in der Natur nicht nur gesund halte, zur Verschönerung der Umwelt beitrage, sondern auch den Menschen selbst zum Guten anstiften würde. David E. Cooper schreibt in *A Philosophy of Gardens*,<sup>109</sup> einer der wenigen modernen philosophischen Abhandlungen, die den Garten als Gegenstand der philosophischen Untersuchung nimmt und in der er den Zusammenhang von Gärten bzw. Gärtnern und Tugenden aufzeigt, dass zu einem erfüllten Leben ein „Sich-Einlassen“ gehöre, im Sinne dessen, was die Griechen als eudaimonisch bezeichneten. Hierzu bieten nach Cooper Gärten und das Gärtnern beste Voraussetzungen, weil sie nach Verantwortung, Fürsorglichkeit und Disziplin verlangen.<sup>110</sup> Denn alle drei Tugenden sind gerade auch für das Alter wichtige Konstanten. Gärtnern, sofern es ernsthaft betrieben wird, bedeutet ein sich Einlassen mit Pflanzen und ihren spezifischen Bedürfnissen, ein intimes Teilhaben an der Natur. Der Umgang mit Pflanzen gibt dem eigenen Leben zwangsläufig Struktur, Rhythmus und Ordnung durch die wiederkehrenden, notwendig anfallenden Aufgaben, die sich nicht vertagen lassen. Zugleich bietet der Umgang mit Pflanzen nach Cooper Möglichkeiten zur Reflexion über die eigene Natur.

Spirituelle Aspekte gewinnen mit zunehmendem Alter an Bedeutung und in dieser Perspektive können metaphorische Aspekte von Natur mehr in den Vordergrund treten. Natur lädt zu Kontemplation, Meditation und Reflexion ein. Wenn Sinnfindung bedeutet, Dinge zu tun, die über die eigene Existenz hinausgehen, dann bietet sich ein Garten und gärtnerische Tätigkeiten hierzu an. Der Wunsch, „fortzuleben nach dem eigenen Tod“ wie die „Vorstellung, auch im Alter anderen Freude zu bereiten und nützlich zu sein“<sup>111</sup> kristallisiert sich im Garten, seinen „Produkten“ und in den über ihn erforderlichen Aktivitäten. In diesen Zusammenhang reihen sich die Forschungen zum Themenkomplex der Achtsamkeit<sup>112</sup> ein, die nachgewiesenermassen positiver Effekte auf die Gesundheit erbracht haben, hier aber nicht weiter behandelt werden können.

### 3.5 Gesundheitspotentiale und -Wirkungen von (grünen) Wohnaussenräumen

Die Breite der möglichen Wirkfaktoren von Natur/Landschaft auf den Menschen gliedern Andrea Abraham et al.<sup>113</sup> in folgende Komponenten: ökologische, ästhetische, physische, psychische, soziale und pädagogische Komponente. Weitere Literaturübersichten zu gesundheitlichen Landschaftswirkungen liefern z.B. auch Stefan Körner<sup>114</sup> sowie der Bericht zu *Nature and Health* des Health Council of the Netherlands<sup>115</sup>. Diese Literaturübersichten geben Auskunft über den Bedarf (d.h. die wissenschaftlich fundierten gesundheitsförderlichen Zusammenhänge von Natur/Landschaft und verschiedenen Zielgruppen). Bei den Bedürfnissen handelt es sich um die konkreten subjektiven Wünsche und Anforderungen, die eine Bewohnerin oder ein Bewohner an den Wohnaussenraum richtet. Bedarf erfasst die gesundheitsrelevanten Wirkungen, wie sie in wissenschaftlichen Studien als erhärtete, salutogene Ressourcen oder als Riskofaktoren für Krankheiten erfasst worden sind und die gemäss einer gerechten Verteilung allen Zielgruppen zur Verfügung stehen, respektive für alle minimiert werden sollten. Bei den Bedürfnissen handelt es sich um ein empirisch zu füllendes Konzept (im jeweilig betrachteten Setting).

<sup>109</sup> Cooper, David E.: *A Philosophy of Gardens*. Clarendon Press, London 2006

<sup>110</sup> Cooper, David E.: *A Philosophy of Gardens*. Oxford 2006, S. 26ff sowie Cooper, David E.: Tugenden des Gartens. In: Moritz, Arne; Schnillus, Harald (Hrsg.): *Gartendiskurse: Mensch und Garten in Philosophie und Theologie*. Frankfurt 2007; Harrison, Robert: *Gärten. Ein Versuch über das Wesen des Menschen*. München 2010. Cooper nennt neben diesen drei Tugenden auch Demut (nicht alles, was angepflanzt wird, gedeiht auch gut) Geduld und Hoffnung als weitere Eigenschaften, die das Gärtnern erzeugt, bzw. verlangt.

<sup>111</sup> Vogel ebda, S.10

<sup>112</sup> Michalak, Johannes: *Achtsamkeit. Fortschritte der Psychotherapie*. Hogrefe Verlag, Göttingen, 2003 oder K.W. Brown: *The Benefits of Being Present: Mindfulness and its Role in Psychological Well-Being*. In: *Journal of Personality and Social Psychology*, S. 822-848.

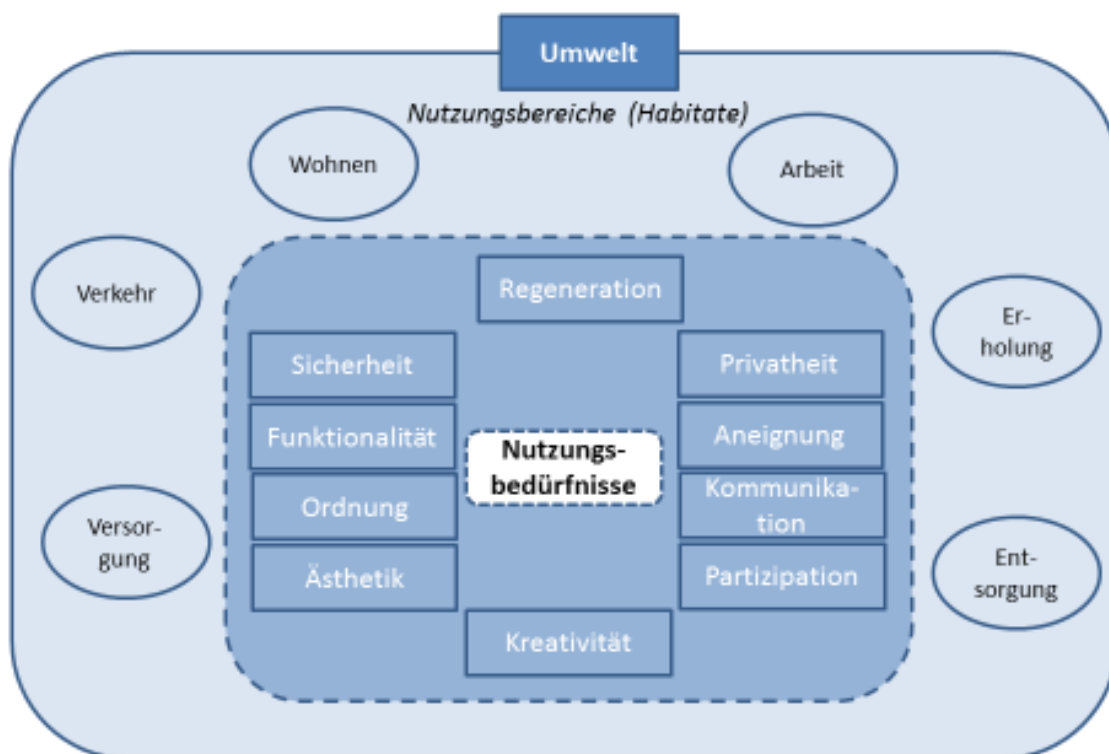
<sup>113</sup> Abraham, Andrea; Sommerhalder, Kathrin; Bolliger-Salzmann, Heinz; Abel, Thomas: *Landschaft und Gesundheit: Das Potential einer Verbindung zweier Konzepte*. ub, Universität Bern, Institut für Sozial-und Präventivmedizin, Abteilung Gesundheitsforschung, 2007.

<sup>114</sup> Körner, Stefan; Nagel, Annemarie; Bellin-Harder: *Grün und Gesundheit - Literaturstudie*. In Universität Kassel (Hrsg.). Kassel, 2008.

<sup>115</sup> Health Council of the Netherlands (ed.): *Nature and Health. The influence of nature on social, psychological and physical well-being*. The Hague, 2004.

Die Gesundheitsforschung gibt viele Hinweise zum Bedarf (Übersichten liefern die genannten Review-Beiträge). Konkrete Projekte müssen beide Aspekte (Bedarf und Bedürfnisse) in sinnvoller Weise aufgreifen. In diesem Kapitel wird das Augenmerk auf die aus wissenschaftlichen Arbeiten fundierten Faktoren gerichtet, die zu Gesundheit und Wohlbefinden (Lebensqualität) für Menschen in der zweiten Lebenshälfte beitragen.

Kriterien und Aspekte zur Gestaltung gesundheitsfördernder Siedlungsfreiräume können sich auf eine reiche Literatur abstützen. Rainer Maderthaler (1995) hat Nutzungsbedürfnisse von Menschen in anschaulicher Weise zusammengefasst und in einem Modell dargestellt (vgl. Abbildung 3.4). Menschliche Habitate (wie z.B. der Grünraum) sollten nach Maderthaler Funktionen von Regeneration, Sicherheit, Funktionalität, Ordnung, Ästhetik, Kreativität, Partizipation, Kommunikation, Aneignung und Privatheit sicherstellen. Für die Aufstellung dieses Schemas hat Maderthaler eine vielfältige psychologische Literatur zusammengefasst, die sich mit der Interaktion von Habitaten und Gesundheit befasst. Seine Darstellung berücksichtigt, dass für eine bedarfsgerechte Gestaltung von Freiräumen eine Vielzahl von Wirkfaktoren eine Rolle spielt.



**Abbildung 3.4:** Umweltbezogene Nutzungsbedürfnisse nach Maderthaler (1995)

Im Einzelnen können diese verschiedenen Nutzungsbedürfnisse für den Wohnaussenraum weiter spezifiziert werden (vgl. Tabelle 3.1, basierend auf Maderthaler).

**Tabelle 3.1: Bedürfnisse von Menschen an den Wohnausenraum**  
(in enger Anlehnung an Maderthaner, 1995, S. 175)

Bedürfnisse	Einzelaspekte	Mögliche Konsequenzen der Nichtbefriedigung
<b>1. Regeneration</b>	Grün und Natur bieten eine wesentliche Ressource für die <b>Regeneration</b> und <b>Erholung</b> (vgl. Theorieteil)	„Physische und psychische Erschöpfung, ... . Reizbarkeit, Stress, Depressionen.“
<b>2. Privatheit und</b> <b>3. Sicherheit</b>	Der Wohn-Aussenraum sollte zu folgenden Aspekten beitragen: „Wahrung der <b>Intimsphäre</b> , <b>Schutz</b> vor Einsehbarkeit und Mithören, <b>Sicherheit</b> von Wegen, <b>geringe Gefahr</b> von Einbrüchen und Überfällen“	„Ärger, Stress, Angst, Aggression, Depression, Sozialer Rückzug ....“
<b>4. Funktionalität</b> <b>5. Ordnung</b>	Der Wohn-Aussenraum sollte die Möglichkeit bieten, den Wohn-Aussenraum <b>bequem</b> zu nutzen, sich <b>leicht zu orientieren</b> und einen <b>guten Überblick</b> zu bewahren.	„Ärger, Freizeitverlust, ... , geringe Ortsverbundenheit, Desorientierung, Wohn- und Lebensunzufriedenheit.“
<b>6. Kommunikation</b> <b>7. Aneignung</b> <b>8. Partizipation</b>	Der Garten stellt eine über den inneren privaten Wohnbereich hinausgehender Raum für <b>Gespräche, Kommunikation, Begegnung, Mitbestimmung, Mitarbeit</b> dar.	„Soziale Vorurteile und Konflikte, geringe Wohnzufriedenheit, Trend zu Zweitwohnsitzen (Wochenendhäuser, Schrebergärten), Wochenendmobilität, Vandalismus, Cliquenbildungen, Segregation.“
<b>9. Ästhetik</b> <b>10. Kreativität</b>	<b>Ästhetik:</b> Für den Aussenraum sind <b>Gartenbilder</b> , haptisch-emotionale Aspekte, das <b>sinnliche</b> Erleben von Natur, die <b>Atmosphäre</b> des Gartenraums, das <b>Hörerlebnis</b> (z.B. das Rascheln des Laubes) etc. wichtig und prägend. Diese Aspekte graben sich ein und begründen die Gartenbiographie eines Menschen. <b>Kreativität:</b> Der Wohn-Aussenraum bietet Chancen für <b>eigene Gestaltungen</b> , für die Bepflanzung und für <b>grüne Nutzungen</b> . Er ist ein Ort, der Kreativität ermöglicht. Natur ist <b>modellierbar und veränderbar</b> . Bedürfnisse können <b>flexibel</b> realisiert werden.	„Geringe Ortsverbundenheit und Ortszufriedenheit, negative Gestimmtheit, subjektiver Prestigeverlust, Abwanderung, Vandalismus, Delinquenz.“

Der Aspekt der Regeneration muss für Menschen in der zweiten Lebenshälfte besonders hervorgehoben werden: Erholung erfolgt mit zunehmendem Alter im Naherholungsraum und im Siedlungsraum. Dieser hat somit für ältere Menschen eine ganz herausragende Bedeutung (wie es für die mittleren Altersgruppen weniger der Fall ist). Die Nutzung öffentlicher Grünräume geht einher mit dichteren sozialen Netzwerken. Es kann davon ausgegangen werden, dass ein intensiv genutzter Wohnausenraum ebenfalls (wie auch der öffentliche Grünraum) zu vermehrter sozialer Vernetzung und sozialer Integration führt. Selbstverständlich erfüllt ein Freiraum diese Gestaltung nicht ohne die geeignete Planung und Implementierung mit geeigneten Prozessen und Formen von Bestimmung und Partizipation. Diesen Zusammenhängen wird im Projekt vertieft nachgegangen.

### 3.6 Zusammenfassung der zentralen Forschungsperspektiven

Folgende Aspekte sind im Rahmen der genannten Literatur zu Gesundheit, Wohlbefinden und Lebensqualität zentral und wurden entsprechen in das Analyseraster einbezogen. Fragen im entwickelten Leitfaden (vgl. nächstes Kapitel) beziehen sich auf die folgenden genannten Forschungsperspektiven.

### **1. Das Wohnumfeld in der (Garten-)Biographie**

Das Wohnumfeld spielt in verschiedenen Lebensphasen eine eigene Rolle. In Bezug auf den Aufenthalt und die Nutzung von Garten kann von einer eigenen Garten-Biographie gesprochen werden. In der Kindheit verbinden sich Menschen mit der Natur im geschützten Garten und bewahren sich diese Bezüge und Emotionen im Lebensverlauf. Mit zunehmendem Alter verändern sich Gefühle und Bezüge, respektive können auch auf Grund der Tatsache, dass wieder mehr Zeit zur Verfügung steht, an biographischen Erfahrungen anknüpfen. Aktuelle Nutzungen sind abhängig von diesen Erfahrungen und von individuellen Mustern, wie das Wohnumfeld im Zuge der Biographie als Ressource gedient hat. Diesen Zusammenhängen werden im Forschungsprojekt vertieft nachgegangen.

### **2. Der soziale Kosmos der Bewohnerinnen und Bewohner in seinen Bezügen zum Wohnausseraum**

Für Menschen sind soziale Aspekte für ihre Beurteilung von Wohlbefinden und Lebensqualität besonders zentral. Die im Projekt gewählten Fallstudien von Siedlungen werden als soziale Systeme begriffen, in deren Rahmen Gestaltung und Nutzung des Wohnumfeldes begriffen und interpretiert wird. Der Garten/Wohnausseraum spielt für das soziale Zusammenleben eine wesentliche Rolle. Die Gartengestaltung und Nutzung von Wohnausseräumen werden auf dem Hintergrund dieses sozialen Kosmos untersucht und interpretiert. Dabei stellt der Wohnausseraum in der Perspektive des Projektes insbesondere eine Ressource dar, die von einer Siedlungsgemeinschaft genutzt werden kann, um soziale Begegnung und Austausch zu ermöglichen. Dabei interessieren natürlich insbesondere die Fragen, wie diese soziale Dimension in den verschiedenen Fallbeispielen von älteren Menschen gelebt wird und welche Prozesse zu möglichst hoher Lebensqualität führen.

### **3. Der Wohnausseraum als Ort des gemeinschaftlichen Handelns: Partizipation, Aneignung, Kommunikation**

Die Konzepte von Gesundheitsförderung und der Salutogenese sprechen die Aspekte des gemeinsamen Handelns und der Erfahrung, dass das Lebensumfeld durch eigenes Handeln gestaltet werden kann, an. Der Wohnausseraum bietet in besonderem Masse Möglichkeiten für Gestaltung und Veränderung durch soziale Gemeinschaftsaktionen. Ein über eine partizipative Vorgehensweise gestalteter Raum ist besonders geeignet, zu Identifikation mit dem Ort, Teilhabe und Integration beitragen. Verwaltungs- und Eigentumsformen bestimmen dabei das mögliche Ausmass selbstbestimmter Gestaltung und Nutzung mit. Es stellt sich die Frage nach optimalen Formen solcher gemeinschaftlicher Gestaltungs- und Nutzungsformen. Für die Gesundheitsförderung, die Förderung von Kohärenzgefühl, die Bildung von Identität und Ortsverwurzelung sind solche Beteiligungsformen zentral. Die Möglichkeit, einen Freiraum gemeinsam zu planen, mitzugestalten, zu pflegen und zu verändern, bietet ausgeprägte und vielfältige Chancen für salutogene Prozesse. Indirekte soziale Gewinne entstehen somit durch die Vernetzung und Auseinandersetzung, die durch die Diskussionen und die Bewirtschaftung der Freiräume entstehen. In den untersuchten Vorhaben wird diesen Prozessen entsprechend Rechnung getragen. Dabei geht es um die Frage, wie für ältere Menschen solche Prozesse optimal gestaltet werden können, welche Gefahren für Konflikte, Überforderung und/oder Desinteresse möglicherweise eine Rolle spielen.

### **4. Der Wohnausseraum als Ort der (möglichen) Erfüllung von Nutzungsbedürfnissen**

Wir postulieren, dass die von Maderthaler genannten – für alle Menschen geltenden Nutzungsbedürfnisse – auf spezifische Weise für die Zielgruppe der älteren Menschen von Bedeutung sind. Zum einen handelt es sich um allgemeine Bedürfnisse (wie sie für alle Menschen gelten) zum anderen verstärken und akzentuieren sich möglicherweise verschiedene Bedürfnisse im Alter. In späteren Lebensphasen bieten sich auch Chancen für gemeinschaftliche und kreative Aneignungs- und Gestaltungsprozesse (da wieder mehr Zeit zur Verfügung steht). In den untersuchten Fallbeispielen wurde deshalb diesen gestalterischen und kreativen Aspekten Beachtung geschenkt.

### **5. Wohnausseräume in einer ganzheitlichen Nachhaltigkeitsbetrachtung**

Wohnausseräume sind Produkte sozialer Interaktionen sowie von Besitzverhältnissen und Entscheidungsbefugnissen. Sie sind von Traditionen und Konventionen geformt und entsprechen ästhetischen Vorstellungen. Neben der Betrachtung des sozialen Kosmos kommen daher weitere Perspektiven in das Blickfeld - einschliesslich einer Betrachtungsweise des Gartens als Ort ökonomischer und ökologischer Überlegungen.

Das folgende Methodenkapitel beschreibt die verschiedenen Nährungsweisen an den Gegenstand, wobei der Zugriff auf die sozialen Zusammenhänge im Vordergrund steht.

## 4. Vorgehensweisen und Methoden

Um die komplexen Fragen des Forschungsprojektes und ihren vielfältigen Zusammenhängen (vgl. Kapitel 2) nachzugehen und sie unter dem übergeordneten Blickwinkel der Lebensqualität beantworten zu können, wurde mehrperspektivisch und multidisziplinär vorgegangen – abgestützt auf sozial-, geistes- und naturwissenschaftliche Literatur und Methoden.

### 4.1 Auswahl der Fallbeispiele

Im Forschungsprojekt wurden sieben Fallbeispiele definiert, die als solche in ihrer Einzigartigkeit möglichst (in ihrer Entstehungs- und Nutzungsgeschichte) verstanden und Sinn verstehend rekonstruiert und interpretiert wurden. Zugang zu diesen Fallbeispielen wurden zum einen über Experteninterviews hergestellt. Im Kern des Vorhabens stand aber der Versuch, die Fallstudien (und die Wirkungsweisen der Freiräume) aus der Sicht der Bewohner und Bewohnerinnen zu rekonstruieren und zu dokumentieren (inklusive der Entstehungsgeschichte in jenen Fällen, in denen die befragten Personen an dieser Geschichte teilhatten). Die Erstautorin weist eine hohe Verbundenheit mit einem Fall auf, der gewissermassen als bestens bekannte Lebenswelt und Erlebenszusammenhang<sup>116</sup> ein tiefes Verstehen der gefundenen Strukturen und Prozesse ermöglichte.<sup>117</sup> Der qualitative Teil hatte zum Ziel, alle sieben Fälle in entsprechender Tiefe zu rekonstruieren und zu verstehen. Analysierte Ebenen sind dabei die Siedlungsräume und deren Nutzungen; ebenso aber auch die individuelle Ebene, d.h. das individuelle Verhalten, die Empfindungen und subjektiven Nutzungsqualitäten dieser Räume. Damit werden zum einen die Fälle (die Wohnausserräume) in ihrer Einzigartigkeit sichtbar, die Ergebnisse ermöglichen aber auch, über die analysierten Fälle hinweg, verallgemeinernde Aussagen über Bedürfnisse und Nutzungen und Wirkungsweisen der Grünräume in Bezug auf die Menschen in der zweiten Lebenshälfte zu treffen.

Weil vom Kreuzlinger Garten des Alterswohnprojektes „Bodan 44+“ die entsprechende Prozessdokumentation vollständig vorliegt, wurde das Analyseraster und die Methodik an diesem Fallbeispiel entwickelt. Um die Erkenntnisse aus dem Fall „Bodan 44+“ überprüfen und validieren zu können, wurden anschliessend sechs weitere beispielhafte Grünräume unterschiedlicher Wohnformen für ältere Menschen in unterschiedlichen Deutschschweizer Kantonen analysiert und ausgewertet. Die sechs weiteren Beispiele wurden so ausgewählt, dass sie eine möglichst grosse Bandbreite an Wohnsituationen und entsprechend verschiedenartigen Ausserräumen abdecken. Eines dieser Beispiele ist bereits in zwei früheren, unveröffentlichten Forschungsprojekten *Gartenzimmer* (2009) sowie *Analyse und Evaluation der Ausserraumgestaltung der Siedlung Glanzenberg 12 und 26-28 in Dietikon der Siedlungsgenossenschaft Eigengrund SGE* (2010-2011) untersucht worden, sodass diese Ergebnisse für diese Studie mit einbezogen werden konnten.

Folgende Projekte bilden den Gegenstand für die Analyse der sozialen Prozesse (vgl. das Hochparterre Themenheft vom März 2016 „Gemeinsames Gärtnern im Alter“, das eine ausführlichere und illustrierte Darstellung der gewählten Fallstudien bietet):

#### **Bodan 44+, Kreuzlingen (TG) – Ankerbeispiel**

Dieses Projekt zeigt den Wandel einer Rechtsanwaltsvilla mit grossem, eingewachsenen Privatgarten zu einem von neun Parteien (16 Bewohnerinnen und Bewohnern) gemeinschaftlich konzipierten, genutzten und bewirtschafteten, halbprivaten Garten im Privateigentum.

#### **Genossenschaft „Andere Wohnformen im Stürlerhaus am Altenberg“ in Bern (BE)**

Im Unterschied zu Bodan 44+ wohnen hier die Bewohnerinnen und Bewohner als Genossenschaft enger zusammen, haben eine Genossenschaft gegründet und ein altes Haus in Zusammenarbeit mit der Denkmalpflege

<sup>116</sup> Bohnsack, Ralf. Rekonstruktive Sozialforschung – Einführung in Methodologie und Praxis qualitativer Forschung. Leske + Budrich, Opladen, 2000, S. 20).

<sup>117</sup> Die Erstautorin hat das Pilotprojekt Bodan44+ während acht Jahren (von der Entstehung an) begleitet. Zudem ist einer der Bewohner Mitinitiant des vorliegenden Forschungsprojektes.

zu Ein- bis Zweizimmerwohnungen mit grosszügigen Gemeinschaftsräumen umgebaut. Dieses Projekt wurde 2000 initiiert und somit liegen lagenlangjährige Erfahrungen vor.

#### **Wohngenossenschaft Pestalozzi, Muttenz (BL)**

Auch in diesem, auf Privatinitiative gestarteten genossenschaftlichen Alterswohnprojekt liegen langjährige Erfahrungen vor und der Garten ist von Anfang an für ein gemeinsames Wohnen im Alter mitgedacht worden. Hier handelt es sich um einen kompletten Neubau. Die Bewohner wohnen hier wie in Bodan 44+ in eigenen, wenngleich kleineren Wohnungen. Wie in Bodan 44+ gibt es zwar gemeinschaftlich genutzte Räume (Werkstatt und Gemeinschaftsraum), diese werden jedoch weniger genutzt als in den beiden bereits genannten Beispielen.

#### **Wohnen am Ewigen Wegli, Kloten (ZH)**

Auf dem Parkplatz des Klotenerer Dorfmuseums entstand 2007 an der alten Dorfstrasse ein Wohnprojekt für ältere, weniger bemittelte Menschen. Es geht auf die Initiative der ehemaligen Altersbeauftragten der Stadt zurück. In diesem mit bescheidenen Mitteln errichteten Projekt spielte der Garten nur eine untergeordnete Rolle und der Architekt plante ihn gleich mit.

#### **Genossenschaftssiedlung 50plus Wohnen Brandstrasse, Uster (ZH)**

Unterstützt vom Kanton und der Stadt Uster hat die Wohnbaugenossenschaft Gewo Züri Ost zusammen mit zwei anderen Baugenossenschaften BZU und WSGU in Uster eine Siedlung mit 55 Wohnungen in drei Häusern erstellt. Ein Haus mit 19 Wohneinheiten ist für Personen über 50 Jahre realisiert worden, wobei der partizipative Prozess zur Abholung von Mieterwünschen bereits in der Planungsphase begonnen hat.

#### **Siedlung Glanzenberg 12 und 26-28, Dietikon (ZH)**

Trotz wachsendem Angebot wird das Gros der Betagten in absehbarer Zukunft nicht in speziellen Wohnformen, sondern in bestehenden Wohnungen wohnen. Im Zuge der Renovierung zweier Hochhäuser und eines Mehrfamilienhauses hat sich die Genossenschaft Eigengrund (SGE) darauf eingelassen, auch ihre Grünräume bedürfnis- und altersgerechter umzugestalten. Als Basis für den landschaftsarchitektonischen Entwurf wurde im Rahmen des ZHAW-Forschungsprojektes *Gartenzimmer* ein partizipativer Prozess durchgeführt. Zweieinhalb Jahre nach Inbetriebnahme des Aussenraums wurde von der ZHAW eine Evaluation durchgeführt. Insgesamt sind über 20 Interviews mit Bewohnerinnen und Bewohnern geführt worden, sowie Interviews mit diversen Verantwortlichen. Diese Erkenntnisse sind in dieses Projekt eingeflossen.

#### **Siedlung Hirzenbach, Zürich-Schwamendingen (ZH)**

Dieses Beispiel wurde als exemplarisches Beispiel mit in die Untersuchung einbezogen, weil sich hier seit über 20 Jahren Bewohnerinnen und Bewohner – mit Zustimmung der Genossenschaft BAHOGGE – ihren anonymen grünen Aussenraum selber angeeignet haben und heute – im Alter – diesen immer noch gemeinsam nutzen und pflegen. Diese Siedlung war bereits Gegenstand einer Untersuchung im Rahmen eines Moduls des Studienganges Umweltwissenschaften an der ZHAW unter Leitung des Mitinitiators und der Projektleiterin dieses Forschungsprojektes.<sup>118</sup>

## **4.2 Mehrperspektivische Betrachtungsweise**

Für jedes Fallbeispiel wurden folgende Erhebungen und Untersuchungen vorgenommen:

- Sammlung und Auswertung des schriftlichen und planerischen Materials
- Räumliche Analyse und Ästhetik
- Teilnehmende Beobachtungen
- Erhebung der spezifischen Pflanzenverwendung
- Einsatz einer Biodiversitätscheckliste
- Einsatz des Tools *greencycle*
- Qualitative, problemzentrierte Interviews

<sup>118</sup> im Modul „Projektentwicklung“ unter der Leitung von Peter Eberhard und Petra Hagen Hodgson.

Die Grünräume wurden vor allem aus Sicht der Nutzenden betrachtet und zwar besonders im Hinblick auf die Gestaltung der komplexen sozialen Prozesse, die für den Entwurf, die Planung und die Bewirtschaftung eines gemeinsam genutzten und angeeigneten Aussenraums notwendig sind. Es wurden dazu beständige Projekte ausgewählt, auf deren Basis der praxisorientierte Leitfaden, die „Gartenbox“, entwickelt werden konnte. Dabei wurden insbesondere sozial-räumliche und gestalterisch-ästhetische Qualitäten untersucht, die für den Wohn-aussenraum für ältere Menschen bedeutsam sind. Ebenso wurden ökologische und ökonomische Aspekte dieser Projekte untersucht.

Die **teilnehmenden Beobachtungen** wurden von Studentinnen und Studenten im Rahmen des Moduls *UG1: Lebensraum Stadt*<sup>119</sup> anhand standardisierter Erhebungsbögen durchgeführt, ausgewertet und im Plenum pro Siedlung vorgestellt. Dieses Wissen ist in die Gesamtdarstellung des jeweiligen Fallbeispiels eingeflossen (vgl. Monografien der Siedlungen im genannten Hochparterre-Heft) sowie indirekt in die Gartenbox.

Eine erste Fassung einer **ökologischen Bewertungsmatrix** ist in einer Semesterarbeit entstanden, die von Stefan Ineichen und Petra Hagen Hodgson betreut wurde und am Fallbeispiel Bodan 44+ entwickelt worden ist. Anschliessend ist diese überarbeitete Biodiversitätscheckliste von Studierenden des oben genannten Moduls in jeder Siedlung angewendet und überprüft worden. Das bereinigte Resultat findet sich in der Gartenbox als Anhang 10.

Die spezifische **Pflanzenverwendung** wurde von Mitarbeitenden im Projekt pro Siedlung erfasst und hierzu pro Siedlung ein Kurzporträt verfasst. Aspekte davon sind in den Hochparterre-Texten und auf der Webseite festgehalten sowie in die Gartenbox eingeflossen.

Das Tool **Greencycle**, mit welchem ökonomische Aspekte erfasst werden können, wurde bei zwei Fallbeispielen (Bodan 44+ und Siedlung Glanzenberg) eingesetzt, die in ihrer Anlage und Ausstattung sehr unterschiedlich aber exemplarisch sind, um einen sinnvollen Vergleich zu haben. Der Bericht dazu ist auf der Webseite [www.alter-grün-raum.ch/](http://www.alter-grün-raum.ch/) bei den jeweiligen Fallbeispielen abgelegt.

Die **Auswertung des schriftlichen und planerischen Materials** sowie die **räumliche und ästhetische Analyse** sind von Petra Hagen Hodgson und von Peter Eberhard durchgeführt worden. Auch dieses Wissen ist sowohl in die Hochparterre-Texte, die Webseite und die Gartenbox eingeflossen. Zugleich diente es auch den Studierenden als Grundlage, welche die jeweiligen Interviewzusammenfassungen pro Siedlung erarbeitet haben.

### 4.3 Problemzentrierte qualitative Interviews (Leitfadeninterviews)

Die für diese Untersuchung geeigneten methodischen Vorgehensweisen, wobei Wissen und Theorien aus der Alltagspraxis mit Wissen und Theorien aus der wissenschaftlichen Literatur zusammengebracht werden, stellen rekonstruktive, Sinn-verstehende Vorgehensweisen dar: „Es geht darum, jene Verfahren oder Methoden der Interpretation und Reflexion zu rekonstruieren, die gleichermassen im Alltag wie in den Wissenschaften, oder genauer: die gleichermassen im Alltag derjenigen, die Gegenstand der Forschung sind, wie im Alltag der Forscher selbst zur Anwendung gelangen.“<sup>120</sup> Es wird damit vorausgesetzt, dass gewisse universelle Regeln der kommunikativen Verständigung bestehen, die intersubjektiv rekonstruiert und dokumentiert werden können. Im Forschungsvorgehen wurden die Prinzipien der Theorie- oder Typengenerierung, wie es sich im Interviewmaterial darbot, herausgearbeitet und dokumentiert. Im Interviewleitfaden wurden verschiedene Theorieelemente verankert. Das Material wurde hinsichtlich der Differenzierung und Weiterentwicklung dieser Theorieelemente abgesucht. Zielsetzung dieses Vorhabens war eine praktische und orientierte sich an der Fragestellung, wie der Freiraum einer Siedlung für die Bewohnerinnen und Bewohner in der zweiten Lebenshälfte optimal gestaltet werden kann. Ausgangspunkt waren dabei zum einen die Überlegungen, dass die menschliche Beziehung zur Natur vor allem auch biographisch geprägt wird (vgl. das Theoriekapitel des Gesamtberichts) zum anderen versucht der Leitfaden das Modell von Maderthaler (1995) zu integrieren, das Wirkfaktoren von Umwelt in

<sup>119</sup> Modulleitung Petra Hagen Hodgson

<sup>120</sup> Bohnsack, Ralf. Rekonstruktive Sozialforschung – Einführung in Methodologie und Praxis qualitativer Forschung. Leske + Budrich, Opladen, 2000, S. 25.

verschiedenen Wirkungsgruppen zusammenfasst (vgl. Tabellen 1.1. bis 1.3 sowie Abbildung 1.1). Maderthaners Modell wurde für diese Untersuchung leicht abgeändert und erweitert.

Zur Erfassung dieser Qualitäten wurde vorwiegend das Instrument des problemzentrierten Interviews gewählt (qualitative Leitfadeninterview), die inhaltsanalytisch ausgewertet wurden. Der Gegenstand wurde mehrperspektivisch angegangen und pro Fallstudie wurde versucht, das konkrete System aus verschiedenen (individuellen) Perspektiven heraus zu erfassen, was jeweils pro Fallbeispielen mehrere Interviews notwendig machte. Dazu gehört auch, dass nicht nur Bewohnerinnen und Bewohner befragt wurden, sondern auch professionelle Fachpersonen im Sinne eines erweiterten Personenkreises, der in die verschiedenen Phasen der Planung und Nutzung eines Grünraumes involviert waren und in der Lage waren, auf Gestaltung und Nutzung Einfluss zu nehmen. Alle diese Informationen bilden das Grundmaterial, auf dem die konkreten Handlungsanleitungen in der „Gartenbox“ basieren.

Wie bereits dargelegt, bildet der wesentliche Kern des Datenmaterials des vorliegenden Forschungsprojektes und des hier vorliegenden Berichts das Interviewmaterial zu den einzelnen Fallbeispielen bzw. den Wohnaussenräumen der sieben Wohnsiedlungen.

In den Interviews wurden folgende Personen befragt:

- Bewohnerinnen und Bewohner
- Eigentümer
- Verwaltung
- Siedlungskommissionen
- Landschaftsarchitekten / Planer
- Hauswarte / auswärtige Gärtner

In den Interviews mit den Bewohnerinnen und Bewohnern wurde insbesondere der Frage nachgegangen, was für Lebensqualitäten durch den Garten entstehen und was sie für einen Einfluss auf die psychische wie physische Gesundheit haben können, welche Prozesse sich in der jeweiligen Situation als zielführend erwiesen haben (vgl. Interview-Leitfaden, Tabelle 1.3).

Als Fachpersonen, die in ihrer Alltagspraxis ihr Erfahrung- und Fachwissen erworben haben wurden in diesem Forschungsprojekt Mietende, Eigentümer und Genossenschafter definiert. Ihre Vorstellungen, Ideen und Erfahrungen sowie die Vorgehensweisen dieser Experten der Alltagspraxis wurden rekonstruiert. Weiter wurden Personen befragt, die sich professionell mit diesen Themen auseinandersetzen (professionelle Fachpersonen). Daneben wurden aber auch vorhandene Erkenntnisse aus der Literatur beigezogen und – überprüfend und rekonstruierend – im Vorhaben repliziert. Die Ergebnisse dieser Vorgehensweise wurden in den praxisorientierten Leitfaden „Gartenbox“ übersetzt, „Eine Hilfe für die Planung, Realisierung, Nutzung und Bewirtschaftung eines gemeinsamen Gartens im Alter“.

Im Zentrum standen also 28 Leitfadeninterviews mit Bewohnenden der sieben Fallstudien. Ziel war es, Wohn- und Lebenssituationen, Nutzungen, Prozesse und Bedeutung des Grünraums zu verstehen. Das Problemzentrierte Interview<sup>121</sup> eignet sich für die Erfassung von Erleben und Bewerten von Gartensituationen. Weiter ermöglicht diese Interviewform auch, biographische Elemente zu erfassen, aber auch verhaltens- und erlebensbezogene Nutzung und Bewertungen des Grünraums.

---

<sup>121</sup> vgl. Lamnek, Siegfried. Qualitative Sozialforschung. Beltz, Weinheim und Basel, 2005, S. 332ff.

### 4.3.1 Befragung von Bewohnerinnen und Bewohnern der untersuchten Siedlungen

Der Leitfaden greift die im Kapitel 3 genannten (und im Kapitel 3.6 zusammengefassten) Forschungsperspektiven auf. Die Tabelle 4.1 zeigt, aus welchen Elementen der Leitfaden zusammengestellt wurde. Mit diesen Aspekten wurden die Wirkungsweisen der Freiräume auf die Individuen erfasst. Jeweils in Kolonne drei der unten stehenden Tabelle 4.1 in Klammern angefügt wurde die Fragennummer im Leitfaden. Der Leitfaden ist in Tabelle 4.2 wiedergegeben. Die vierte Spalte der Tabelle bietet die thematischen Verankerungen, die halfen, das Material auf eine etwas einheitlichere Weise zu kodieren.

Der Leitfaden beinhaltet insgesamt fünfzehn Themenkreise. Entsprechend dauerten die Interviews rund eine bis eineinhalb Stunden. Nach einem biographischen Einstieg geht der Leitfaden schrittweise zur Erkundung des Gartens über. Es interessierten konkret die Formen der aktuellen Nutzung, Fragen zu ästhetischen Vorlieben, zum Garten als Quelle von Wohlbefinden und Gesundheit, nachbarschaftlichem Miteinander und Lebensqualität, aber auch Auseinandersetzungen und Konflikte rund um den Garten und zur Prozessgestaltung der gemeinschaftlichen Nutzung und Bewirtschaftung. Wo möglich, wurden in den Interviews auch die Prozesse, die zur jeweiligen Gartensituation geführt haben, rekonstruiert.

**Tabelle 4.1: Lebensraumbezogene Bedürfnisse, (Garten-)Biographie und Gartennutzungen**

Themenbereiche im Fragebogen	Zehn lebensraumbezogene Grundbedürfnisse (basierend auf Maderthaner, 1995)	Ergänzungen zu Biographie, Wahrnehmungen und Nutzungsverhalten In Klammern: Fragennummer im Fragebogen (1 bis 15)	Thematische Verankerungen
<b>Biographie</b>	–	(1) <i>Lebensgeschichtliche Verankerung</i>	Lebensgeschichte der befragten Person
<b>Gartenbiographie</b>	–	(2) Verankerung der <i>Gartenbiographie</i> in der eigenen Biographie	Bedeutung des Gartens in der Lebensgeschichte, Biographie-Pflanzen, Rolle des Gartens für die Entscheidung zum aktuellen Wohnen
<b>Im Garten sein heute</b>	– – – <b>4. Funktionalität</b>	(3) Einschätzung der aktuellen <i>Bedeutung</i> des Gartens (4) <i>Nutzung und Bewirtschaftung</i> des Gartens (8) <i>Lieblingsorte</i> im Garten (6, 8) Bequemlichkeit	Welche Bedeutung hat der Garten, wieso engagieren Sie sich? Motivationen? Wie nutzen Sie den Garten? (Häufigkeit, Nutzungsarten) Was gefällt besonders? Gibt es einen Lieblingsort? Ausrüstung und Infrastruktur-aspekte
<b>Garten als (eigen-) gestalteter Ort</b>	<b>7. Aneignung und 10. Kreativität</b>	(4)	Garten als Ort, in dem Menschen aktiv werden, Verantwortung übernehmen, sich selbst verwirklichen und Identität bilden
<b>Garten als Ort der Geborgenheit</b>	<b>2. Privatheit und 3. Sicherheit</b>	(5) Geborgenheit	Rückzugsmöglichkeiten / Garten abgeschirmt – öffentlich einsehbar/zugänglich
<b>Garten und Gesundheit</b>	<b>1. Regeneration</b>	(5) Emotionen, Erlebnisse, Erfahrungen (6) psychisches und körperliches Wohlbefinden (6) Erholung, Entspannung, Aktiv sein/Bewegung	Was empfinden Sie, wenn sie im Garten sind? Zusammenhang von Garten und Gärtnern mit Wohlbefinden? Befindungs-genese durch Gartenexposition, aktiv tätig sein im Garten, Garten passiv geniessen

<b>Soziales</b>	<b>6. Kommunikation</b>	(7)	kommunikationsfördernde Gestaltung des Gartens, sozialer Zusammenhalt in der Siedlung
		(7) Sozialkontakte: Rolle des Gartens im Zusammenleben und Konflikte	Rolle des Gartens/des Gartenunterhaltes für das soziale Leben
<b>Ordnung und Ästhetik im Garten</b>	<b>5. Ordnung 9. Ästhetik</b>	(9)	Ordnungspräferenzen
		(9)	subjektive ästhetische Präferenzen
<b>Naturerlebnis im Garten/Ökologie</b>		(10) Lieblingspflanzen (11) Tiere im Garten (10, 11) (Pflanzen-) Vielfalt im Garten	Lieblingspflanzen/ Beobachtung von Tieren Aussagen zu Biodiversität
<b>Mitwirkung/ Entscheidung in Entwurf, Planung, Bewirtschaftung und Unterhalt</b>	<b>8. Partizipation</b>	(12) Beteiligung in der Entwurfs-, Planungs- und Realisierungsphase	Aussagen zur Entwicklungs-, Planungs- und Realisierungsphase, Selbst- und Mitbestimmung
		(13) Organisation der Pflege und Bewirtschaftung	Aussagen zu Entscheidungsprozessen bei Bewirtschaftung und Unterhalt, Selbstbestimmung, Organisation der Pflegearbeiten
<b>Gärten für ältere Menschen</b>		(14) Bedürfnisse älterer Menschen (15) weitere Kommentare	Langsamkeit und körperliche Einschränkungen, Zeit und Raum, Effizienz

Diese Inhaltsstruktur führte zu folgendem Interviewleitfaden (vgl. Tabelle 1.3):

Tabelle 4.2: Interviewleitfaden für Gartenbewohnerinnen und Gartenbewohner

1. Können Sie uns kurz etwas über Ihre Person sagen, zu Ihrer **Lebensgeschichte** und warum Sie hierher gezogen sind?
2. Was **bedeutet der Garten** für Sie in Ihrer Lebensgeschichte? Welche **Erinnerungen an Garten** haben Sie aus ihrer **Kindheit** und **Jugendzeit** (und aus späteren Phasen)?
3. Welche Bedeutung hat der Garten in Ihrer **aktuellen Wohnsituation** für Sie?
4. Beschreiben Sie bitte genauer, wie Sie den **Garten heute nutzen**, **wie oft** Sie sich im Garten aufhalten, was Sie im Garten alles tun und **mit wem** Sie im Garten etwas machen.
5. Was **empfinden** Sie, wenn Sie im Garten sind? Berichten Sie bitte über Ihre Gefühle, **Erfahrungen und Erlebnisse**.
6. Spielen der Garten und das Gärtnern eine **Rolle für Ihre Befindlichkeit** im Alltag? Auf welche Weise? In verschiedenen Jahreszeiten?
7. Welche Rolle spielt der Garten für das **Zusammenleben**, für die **Kontakte** untereinander im Haus/in der Siedlung? Gibt es **Konflikte**?
8. Was **gefällt** Ihnen am Garten (ihrer heutigen Wohnsituation) besonders? Haben Sie einen **Lieblingssort**? Andererseits: was schätzen Sie überhaupt nicht und **was fehlt Ihnen**?
9. Muss Ihr Garten **Ordnung** haben? Oder hätten Sie es gerne **lieber wild**?
10. Interessieren Sie sich für Pflanzen? Gibt es bestimmte **Pflanzen** im Garten, die sie **besonders schätzen**, und was andererseits weckt bei Ihnen besonders **negative Gefühle**? Welche Pflanzen hätten Sie gerne im Garten Ihrer aktuellen Wohnsituation?
11. Welche **Tiere beobachten** Sie im Garten? Gibt es dazu eine Geschichte? Ist das Thema Biodiversität im Garten wichtig?
12. Waren Sie von Anfang an bei der **Planung und der Umsetzung** des Gartens beteiligt? Wie war das? **Wie** wurde das **organisiert**? Erzählen sie bitte von dieser Zeit (falls die befragte Person in diesen Prozessen beteiligt war)?
13. Wenn Sie daran denken, wie bei Ihnen die **Pflege und Bewirtschaftung** des Gartens **organisiert** ist und wie der Garten kontinuierlich weiter gestaltet wird (in der Siedlung in der Sie heute wohnen), können Sie uns etwas darüber berichten und welche **positiven oder negativen Erfahrungen** haben Sie gemacht?
14. **Was brauchen Sie als älterer Mensch**, damit Sie den Garten nutzen und geniessen können? Gibt es da einen Unterschied im Alter?
15. Welche wichtigen Aspekte zum Erleben vom Garten und zu den Prozessen im Garten wurden in diesem Interview nicht angesprochen? Bitte nennen Sie diese.

Alle Interviews (abgesehen der bereits durchgeführten Interviews in der Siedlung Glanzenberg in Dietikon) wurden im Jahr 2015 durchgeführt. Als Befragungsort diente meist die Wohnung der befragten Personen oder der Gemeinschaftsraum der Wohnanlage. Die Interviews wurden digital aufgezeichnet, mehrheitlich wurden sie vollständig transkribiert, teilweise aber auch nur zusammengefasst.

### 4.3.2 Befragung von professionellen Fachpersonen

Als professionelle Fachpersonen wurden Personen definiert, die sich aus unterschiedlichen Rollen heraus intensiviert oder professionell mit Aspekten der Wohnumfeldgestaltung befassen (die Mehrzahl weist einen fachlich/beruflichen Bezug auf, andere haben sich durch Verantwortungsübernahme als Fachpersonen qualifiziert). Bei diesen Interviewpartnern handelt es sich um Landschaftsarchitekten und Architektinnen, Bauherren und Eigentümer, Vertretende von Baugenossenschaften und ihren Siedlungskommissionen, um Hauswarte sowie zuständige Personen für die Gartenpflege, um Verwaltungspersonen, Facility-Manager und Gärtnerinnen aber auch um Leitende von Gartengruppen. Mit diesen professionellen Fachpersonen wurden ebenfalls problemzentrierte Interviews durchgeführt. Der Interviewleitfaden wurde jeweils zielgruppenspezifisch angepasst. Die Interviews wurden protokolliert, auf Datenträger aufgezeichnet und meist auch vollständig transkribiert: Die Ergebnisse dieser Interviews ermöglichten es, die Prozesse, Struktur, Nutzung und Pflege der ausgewählten Fallbeispiele zu rekonstruieren. Diese Informationen flossen in die Beschreibungen der Fallbeispiele ein. Insbesondere bilden sie einen Teil des Wissenshintergrundes, der in die Gartenbox sowie in das Themenheft von „Hochparterre“ einfluss.

## 4.4 Auswertung der Interviews

In einem ersten Auswertungsdurchgang wurden alle Interviews thematisch kodiert. Bei den Interviews mit den Bewohnerinnen und Bewohnern diente der Themenkatalog des Interviewleitfadens (jede Zeile der Tabelle 1 repräsentiert eine thematische Einheit) als grundlegende Struktur. Die Auswertung erfolgte in folgenden Schritten:

### 1. Schritt

#### Thematisches Kodieren

Im Interviewmaterial wurden „dichte“ Aussagen zu den thematischen Einheiten (gemäss Tabelle 4.1) markiert und den Themen zugeordnet.

### 2. Schritt

#### Zusammenfassende Charakterisierungen der Aussagen der befragten Personen

Für jedes Interview wurde eine Zusammenfassung erstellt und diese mit einer Interpretation versehen. Einigende Perspektive dieser Integration war die Rekonstruktion der Sichtweise der jeweiligen befragten Person auf dem Hintergrund ihrer (Garten-) Geschichte und in Bezug auf ihre aktuellen Nutzungen und Befindlichkeiten. Diese Zusammenfassungen und die dazugehörigen Diskussionen wurden unter Einbezug von Masterstudierenden erstellt.

### 3. Schritt

#### Zusammenfassungen über alle befragten Personen hinweg zu den einzelnen thematischen Einheiten

Aus dem Material der subjektiven Sichtweise wurden Bedarf, Bedürfnisse, Wahrnehmungen und Nutzungsweisen, wie sie für die Zielgruppe charakteristisch ist, ermittelt. Es handelt sich um Aussagen auf einer individuellen Ebene, aber über alle befragten Personen hinweg. Diese beziehen sich auf die vielfältigen Wirkungsweisen von Grünräumen auf den Menschen. Es wurde das Spektrum der individuellen Nutzungen und der sozialen, funktionalen, räumlichen und ästhetischen Bedürfnisse ermittelt sowie Aussagen über die Prozesse für die Erstellung, Nutzung und Pflege des Gartens kondensiert.

### 4. Schritt

#### Rekonstruktion der sozialen Prozesse im jeweiligen Siedlungs-Wohnaussenraum

Aus allen thematisch kodierten Stellen wurde ein Textfile erstellt, die alle Aussagen zu den jeweiligen thematischen Einheiten zusammenbringt und in einer Reihenfolge der untersuchten Siedlungen wiedergibt. Damit konnten individuelle Aussagen mit anderen Aussagen kontrastiert werden, gleichzeitig wurden aber auch Zusam-

menhänge innerhalb der einzelnen Fallbeispiele, im Sinne von charakteristischen (sozialen) Mustern, Strukturen sichtbar, dies speziell auch im Vergleich mit den anderen Fallbeispielen. Individuelle Aussagen und Muster konnten so in einem sozialen Rahmen der jeweiligen Wohnsituationen interpretiert werden und umgekehrt konnte erfasst werden, welche Einflüsse ein soziales Siedlungsgefüge und ein konkreter Sozialraum auf ein Individuum in seiner Wahrnehmung zeigt. In diesem Auswertungsdurchgang wurden die individuellen Perspektiven eines Falls zu einem systemischen Zusammenhang der jeweiligen untersuchten Gartensituation im jeweiligen Wohn-aussenraum integriert. Ressourcen und Konflikte erhielten so den sozialen Rahmen über die untersuchten Einzelfälle hinweg und zeigten allgemeingültige Erkenntnisse. Die untersuchten Fälle (die Sozialräume der Siedlungen) wurden aus der Perspektive der verschiedenen Bewohner und Bewohnerinnen als soziales und räumliches Gebilde (so weit wie möglich) rekonstruiert. Die Darstellung der Auseinandersetzungen und Prozesse sollten möglichst aus intersubjektiver Sicht die soziale Struktur und die sozialen Prozesse in den Wohnsituationen (und insbesondere im Wohnaussenraum) transparenter werden lassen. Damit sind Aussagen gemeint, die typische Prozesse (z.B. eine gemeinsame Gründungsgeschichte), Prozessstadien (z.B. die Situation, dass eine jüngere, nachfolgende Genossenschaftsgeneration langsam in eine bestehende, ältere (Entscheidungs-) Struktur hineinwächst), aber auch Strukturen (unterschiedlich weit gehende Formen von Selbstverwaltung, Unterschiede in sozialen Gruppen, Unterschiede im Bereich Bildung etc.). Solche Interpretationen wurden in Memos festgehalten.

### **5. Schritt**

**Verallgemeinerungen** über alle untersuchten Gartensituationen hinweg

In einem fünften, abschliessenden Schritt generierten die Forschenden über alle untersuchten Gartensituationen hinweg gültige Verallgemeinerungen und eruierten und belegten mögliche Widersprüche und Konvergenzen der Fälle.

### **6. Schritt**

Synthese und Diskussion

Die verschiedenen Perspektiven wurden nochmals interpretativ verdichtet und auf einem höheren Abstraktionsniveau im erstellten theoretischen Rahmen diskutiert. Ziel dieses Vorgehens war es, die zentralen Kernthemen der ausgewählten Fallbeispiele zu rekonstruieren.

## Anhänge

### Anhang I: Im Projekt beteiligte Personen

Interviewführende mit Bewohnerinnen und Bewohnern sowie Hauswarte:

#### 1. Bodan 44+

Befragte Bewohnerinnen und Bewohner: 4

Hans Wydler

Karin Frei

Sowie zahlreiche Einzelgespräche

Petra Hagen Hodgson

#### 2. Stürlerhaus, Bern

Befragte Bewohnerinnen und Bewohner: 4

Hans Wydler

Lisa Honegger

#### 3. Wohngenossenschaft Pestalozzi, Muttenz

Befragte Bewohnerinnen und Bewohner: 4

Petra Hagen Hodgson

Karin Frei

#### 4. Wohnen am Ewigen Wegli, Kloten

Befragte Bewohnerinnen und Bewohner: 5

Petra Hagen Hodgson

#### 5. Hausgemeinschaft 50+, Uster

Befragte Bewohnerinnen und Bewohner: 9

Petra Hagen Hodgson

Nadja Lang

#### 6. Siedlung Glanzenberg, Dietikon

Befragte Bewohnerinnen und Bewohner: über 20

Petra Hagen Hodgson

Cristina Kappeler

Céline Baumgartner

#### 7. Siedlung Hirzenbach, Zürich-Schwamendingen

Befragte Bewohnerinnen und Bewohner: 4

sowie gemeinsames Mittagessen und Nachmittagsgespräch

Petra Hagen Hodgson

Nadja Lang

#### Experteninterviews mit Planenden, Eigentümern, Hauswarte/auswärtigen Gärtnern:

Petra Hagen Hodgson

Karin Frei

Martin Götsch

Reto Hagenbuch

#### Projektbeteiligte Gesamtprojekt

##### Leitung, Organisation, inhaltliche Verantwortung:

Petra Hagen Hodgson

Lic. phil. | Kunsthistorikerin

Leiterin Forschungsgruppe Grün und Gesundheit (ZHAW)

##### Mitinitiant und Projektbegleitung:

Peter Eberhard

Prof. em. ZhdK, Dipl. Arch. ETH/SIA

unter Mitarbeit von:

**Biodiversität:**

Stefan Ineichen, Lic. phil. II Biologe

**Soziale Prozesse:**

Hans Wydler, Lic. phil. I Soziologe

Karin Frei, BSc Umweltingenieurwesen ZFH

Nadja Lang, BSc Umweltingenieurwesen ZFH

**Pflanzenverwendung:**

Doris Tausendpfund, Dipl. Ing. Landschaftsarchitektur

Céline Baumgartner, BSc Umweltingenieurwesen ZFH

**Bewirtschaftung und Nachhaltigkeit:**

Reto Hagenbuch, MSc Sustainable Development

Martin Götsch, BSc Umweltingenieurwesen ZFH

und Studierende und Praktikanten des Institutes für Umwelt und Natürliche Ressourcen der ZHAW

**Anhang II: Projektbeirat:**

Jean-Bernard Bächtiger, Prof. ZHAW

François Höpflinger, Prof. Dr. Soziologe

Peter Eberhard, Prof. em. ZHdK Dipl. Architekt ETH/SIA

Andreas Raymann, Geschäftsleiter Walderstiftung

Renata Schneiter-Ulmann, Prof. em.

Dipl. Ing. FH Fredy Ungricht (sowie Lektor Gartenbox)

**Anhang III: Sponsoren des Projektes und Dank**

Wir danken allen unseren Sponsoren für Ihre grosszügige Unterstützung ohne die dieses Projekt nicht zustande gekommen wäre:

- Age-Stiftung, Zürich
- Gesundheitsförderung Schweiz, Bern
- Pensimo Management AG, Zürich
- Walder Stiftung - Wohnen im Alter, Zürich
- Wohnbaugenossenschaften Schweiz, Verband der gemeinnützigen Wohnbauträger, Stiftung Solidaritätsfonds, Zürich

Wir danken allen Bewohnerinnen und Bewohnern, mit denen wir Gespräche führen durften. Alle Gespräche waren für uns eine grosse Bereicherung.

**Anhang IV: Verweis auf die Webseite [www.alter-gruen-raum.ch/](http://www.alter-gruen-raum.ch/) und die Gartenbox**

**Beachten Sie bitte auch die weiteren Dokumente auf der Webseite:  
[www.alter-gruen-raum.ch](http://www.alter-gruen-raum.ch)**