

#wirbleibenzuhause:

Wie die Pandemie unser Wohnen verändert

Text: Uta Kurz,
Fotos: Uta Kurz Coaching Innovation

Der neue und erzwungene Rückzug ins Private stellt ungeahnte und völlig neue Anforderungen an das Wohnen, denn Ausgangsbeschränkungen und Kontaktverbote im Rahmen der COVID-19-Pandemie haben den Alltag grundlegend verändert. Die Konsequenzen von Physical Distancing sind nicht nur menschenleere Parks, geschlossene Geschäfte und verwaiste Schulen. Plötzlich spielt sich das gesamte Leben Zuhause ab. Um den Spagat zwischen Homeoffice, Sportplatz und Alltag auf kleinstem Raum zu ermöglichen, sind beim Wohnen multifunktionale Qualitäten gefragt. Minimalistische Wohnkonzepte mit den richtigen Farben und Möbel zum Wohlfühlen sorgen für den dringend benötigten, seelischen Ausgleich

Exotisch inspiriert

Erstaunlich, wie schnell der persönliche Bewegungsraum schrumpft, wenn Grenzen geschlossen sind, der Flugverkehr lahm liegt und private Reisen unmöglich sind. Fernweh, Urlaubsgedanken und die Suche nach inspirierenden Erlebnissen machen sich in vielen Köpfen breit. „Balkonien“, „Sofaland“ oder „Homespa“ bieten Antworten um den eigenen Akku mit exotischen Impulsen aufzuladen. Neue Outdoor-Möbel sind für Drinnen und Draußen nutzbar und erhöhen so die gestalterische Flexibilität.



Im Schlafzimmer lädt die kuschelige Bettwäsche mit Urwaldmotiven von Vögeln, Fischen und Bambus zum Abtauchen ein. Bewegung fördert die Gesundheit. Warum also nicht mit dem Blick auf fremdländische Zimmerpflanzen zwischen Sessel, Hocker und Sofa wandeln. Kontrastreiche Materialkombinationen und ein Feuerwerk orientalischer Farben mit fremdländischen Zimmerpflanzen inspirieren zur karibischen Leichtigkeit des Seins.

Gut geerdet

Virtuelle Kommunikation und Sorgen im Alltag lassen so manchen Kopf heiß laufen. Und da jedes natürliche Wesen auf Ausgleich programmiert ist, muss auch der Mensch regelmäßig dafür sorgen, nicht den Boden unter den



Füßen zu verlieren. Meditationen und körperliche Betätigung helfen dabei genauso wie die richtige Farbharmonie. Belebende Farbkombinationen zwischen erdigem Rot und natürlichem Grün schaffen den richtigen Ausgleich. Nicht umsonst wird diese Farbkombination der Handlungsebene zugeordnet. Während Rot aktivierend, dynamisch und kraftvoll auf die Psyche wirkt, vermittelt beruhigendes Grün die dringend benötigte Zuversicht. So entsteht im Raum ein harmonischer Kraftausgleich zwischen Anspannung und Entspannung, die sich ganz automatisch auf seine Bewohner überträgt.

Auch Anfassen, Schmecken und Riechen wirkt ausgleichend auf die Sinneskanäle. Während Augen und Ohren durch die digitalen Anforderungen zwischen Social Media, Homeoffice und Gaming extrem

Zurück zur Natur



stark belastet werden, kommt die körperliche Bewegung oft zu kurz. Deshalb ist der Körper dankbar für haptische Impulse auf der Haut. Natürliche Oberflächen im Dialog mit weichen Stoffen und harten Holzmaserungen sind reich an haptischen Erlebnissen und können den Körper ganzheitlich und wohltuend stimulieren. Barfuß auf dem Sisalteppich laufen, mit den Händen Topfpflanzen und Körbe ertasten oder in weichen Kissen eintauchen, all das fördert das Wohlfühl. Mit Farbe darf dann durchaus gespart werden. Warme Beige- und Brauntöne beruhigen die überforderten Augen und schenken ein Gefühl von Sicherheit und Stabilität.

Einfach nur gemütlich mit Freunden zusammensitzen, ist in Zeiten der Kontaktsperre besonders ersehnt. Große Tische aus Naturholz, Rattan oder Upcycling mit Holz aus alten Eichenfässern geben dem Wunsch nach Gesellschaft einen natürlichen Rahmen

In geselliger Runde



und sind gleichzeitig flexibel nutzbar. Hier ist genug Platz für das temporäre Homeoffice, die flexible Nutzung bei Video-Konferenzen oder gemütliche Gespräche mit Freunden im „virtuellen Raum“, bei denen das Glas Wein nicht fehlen darf. Natürliche Oberflächen verzeihen Kratzer, die sich gerne auch zu liebevollen Lebensspuren entwickeln dürfen. Arbeit, Freizeit und Alltag in den eigenen vier Wänden zu kombinieren, erfordert eine hohe Flexibilität von Interior und Bewohner, um den hohen Ansprüchen auf kleinem Raum gerecht zu werden.

Moderner Minimalismus macht das Leben besser, denn weniger Dinge versprechen mehr Flexibilität und Lebensqualität. Gut komponierte Räume bringen jedes Herz zum Hüpfen. ◀

Unsere Kolumnistin hat sich diesmal Gedanken darüber gemacht, wie sich „social distances“ und häusliche Quarantäne auf das Wohnen auswirken kann. Wenn Sie mit ihr darüber diskutieren wollen: mail@uta-kurz.de. Uta Kurz Coaching Innovation, Lütkeheide 55, 59368 Werne, Tel.: 02389-9249949 www.uta-kurz.de.

Zur vollständigen Ausgabe 3.2020 als PDF zum Blättern

