

Vom Raum

Text: **Theresa Mörtl**, Fotos: **Frédéric Henry**

Katharina, kannst du uns mehr über dich und deinen (beruflichen) Hintergrund erzählen?

Ich bin in Praxis und Forschung, Vermittlung und Mentoring in der Architektur sowie zeitgenössischem Tanz tätig. Das Verbinden des Wissens all dieser Kontexte begleitet mich schon seit vielen Jahren: Mit der Einbindung des Körperwissens vom Tanz in die Architektur und dem Bewusstsein für den Raum im Tanz. Vor allem meine Forschung zum Raumgeben am Lebensende integriert die sinnliche, verkörperte Dimension des Wahrnehmens ins Nachdenken über Architektur.

Die Frage, wie wir Räume, die Menschen Halt, Sicherheit, Geborgenheit und Unterstützung bieten, gestalten können, führt letztlich zum Körper. Zum Spüren und Erleben, zur Sinnlichkeit und den Sinneswahrnehmungen, zum Wissen des Körpers und den ihm eingeschriebenen Eindrücken und Erinnerungen. Mit meiner Promotion „Impulse und Dialoge zwischen



und Wandel

Ein Ort des Lernens und der Veränderung – das präsentiert die Akademie Raum Wandel. Gegründet von Dr. Katharina Voigt und Dr. Isabel Zintl, stellt diese eine Einladung an alle dar, die etwas nachhaltig verändern wollen – in der Welt und im eigenen Leben. Nachhaltigkeit, Zukunftsorientierung und der bewusste Umgang mit unserer ökologischen und gebauten Lebenswelt stehen hier als essenzielle Themen für ein aktives, neues Gestalten im Zentrum.

Svenja, du bist eine der Dozentinnen an der Akademie und gibst deine Expertise rund um Yoga und Architekturpsychologie dort weiter. Wie nimmst du das Interesse an diesen Themen wahr?

Die Welt wird stetig schneller und hektischer. Neue Technologien eröffnen zwar zahlreiche Möglichkeiten, bringen aber auch Unsicher-



Architektur und Körper“ habe ich es mir zur Aufgabe gemacht diese vielfältigen Wechselwirkungen und -beziehungen zu ergründen und zu erforschen.

Wie kam es dann genau zur Gründung der Akademie?

Im Kontext des Beschreitens neuer Wege in der Architekturforschung und dem Anliegen, auch implizite Wissensformen in die Wissenskonstitution zu integrieren, habe ich Dr. Isabel Zintl kennen gelernt. Seit Anfang verband uns das Interesse, neue Wege zu beschreiten – in der Forschung und in vielen weiteren Feldern.

Aus dem gemeinsamen Anliegen, unsere Erfahrungen mit anderen zu teilen und Menschen mit ähnlichen Interessen zusammenzubringen sowie neue Wege einzuschlagen, entstand die Akademie.

Wir beide haben erwogen unsere Karrieren im Hochschulkontext fortzusetzen, doch im Austausch wurde klar, dass wir eine bestehende Lücke schliessen und Architekt:innen und Planer:innen Zugang zu Inhalten, Diskursen und Vernetzungsmöglichkeiten bieten möchten, wie sie ansonsten nur im Hochschulkontext zu finden sind. Gemeinsam ist es uns gelungen, diesem Wunsch eine konkrete Form, Gestalt und inhaltliche Ausrichtung zu geben und lebenslanges Lernen zu ermöglichen.

Welche Bedeutung steht hinter dem Namen der Akademie?

Der Nachhaltigkeitsbegriff beschränkt sich im gängigen Diskurs häufig auf Teilaspekte des Gestaltens, Planens und Bauens. Doch tatsächliche Nachhaltigkeit, die den in diesen Feldern so notwendigen Paradigmenwechsel bewirkt, muss umfassender und ganzheitlicher gedacht werden. Es geht um ein grundlegendes Neudenken und -gestalten der gebauten Lebens-

heiten und Herausforderungen mit sich – insbesondere in ihrer konkurrierenden Rolle zur Ressource Mensch. Zeit- und Termindruck, Stress und psychische Erkrankungen nehmen weiter zu. Jede:r sehnt sich nach Ruhe, Entspannung und einem Gefühl des Gehaltenwerdens – sei es als Planer:in, als Baufamilie oder einfach als Mensch. Zugleich erlebe ich eine grosse Überforderung im Umgang mit aktuellen Herausforderungen, wie beispielsweise der ökologischen Nachhaltigkeit. Hier kann die architekturpsychologische Herangehensweise einen zukunftsfähigen Beitrag leisten: Sie stärkt nicht nur soziale und humane Nachhaltigkeit, sondern optimiert auch ökonomische Aspekte im Planungsprozess. Dadurch lassen sich die Lebenszykluskosten eines Gebäudes massgeblich senken. Ob im Inneren oder Äusseren – der bewusste, achtsame Umgang mit Raum kann uns dabei helfen, Orientierung, Klarheit und Wohlbefinden zu finden. Erst wenn wir unsere eigenen Bedürfnisse wahrnehmen, können wir Umgebungen gestalten, die uns wirklich unterstützen.

Wie bist du dazu gekommen, die Disziplinen Yoga und Architektur(psychologie) miteinander zu verknüpfen?

Beide Disziplinen verbindet ein ganzheitlicher Ansatz für mehr Ge-

welt – um Wandel in allen raumbezogenen Disziplinen, in Landschaft, Stadt und Architektur sowie den damit verbundenen Arbeitsfeldern, Prozessen und für die Menschen, die diese gestalten.

Im Namen kommt das Nomen „Raum“ vor. Auf das Gebäude bzw. das Bauwerk, das viel eher mit der Architektur assoziiert wird, habt ihr bewusst verzichtet?

Der Begriff des Raumes reicht über den des Bauwerks oder des Gebäudes hinaus: Er umfasst ebenso den öffentlichen Raum der Stadt oder den Landschaftsraum. Zudem reicht er noch weiter über diese gestalteten, gebauten und über die Zeit gewachsenen Räume hinaus.

So geben wir Themen Raum – physisch, als Planer:innen und Architekt:innen – aber auch sinngemäss, indem wir ihnen mehr Platz in unserem Leben oder in der Gesellschaft einräumen. Veranstaltungen – wie die Angebote der Akademie – sind gemeinsame Erfahrungsräume aller Teilnehmenden. Die Weise, wie diese Räume gestaltet und gehalten sind, ist ausschlaggebend für die Qualität der Vermittlung.

Was ist dein Verständnis von Architektur?

Architektur schafft die Rahmenbedingungen unseres Lebens und ist die Gestaltung unserer gebauten Lebenswelt. Der grösste Teil unseres Lebens findet in Innenräumen statt, und auch die Stadt- und Landschaftsräume, in denen wir uns bewegen, sind zu meist menschengemacht. Das heisst, über die materielle und strukturelle Nachhaltigkeit hinaus besteht ein dringender Bedarf einer ästhetischen und sozialen Nachhaltigkeit: Wir müssen Räume für Menschen schaffen, uns dessen bewusst sein, dass diese Räume Einfluss darauf haben, wie wir zusammenleben, und dass Raum nicht nur in seiner physischen, gebauten Form besteht, sondern immer auch eine zwischenmenschliche Dimension hat, die auszeichnet, wie er gelebt wird. „Raum entsteht im Handeln“, so die Gender- und Sozialwissenschaftlerin Sabine Hark. Und ich möchte ergänzen: Im Handeln aller Beteiligten – so geht der Paradigmenwechsel der Bauwende uns alle an, als Planer:innen, Handwerker:innen und als Menschen einer Gesellschaft, die in Räumen lebt.

Repräsentiert der Wandel für dich einen positiven oder negativen Prozess?

Eindeutig einen positiven Prozess. Es ist das Überführen von etwas Bestehendem in etwas Neues, unter Abwägen und Wertschätzen



Raum ist mehr als eine physische Grösse – vielmehr geht es um das Wahrnehmen auf mehreren Ebenen.



Während der Sommerschule in Italien an der Fonte della Luna und im Olivenhain am Monte di Portofino wurde gemeinsam an Projekte Hand angelegt.

dessen, was ist. Wandel ist ein kontinuierlicher Prozess. Anders als der Begriff der Veränderung oder der Transformation geht es beim Wandeln weniger um eine grundsätzliche, als um eine kontinuierliche Weise der Erneuerung. Er entspricht im Kern der Zyklichkeit, Vergänglichkeit und Veränderlichkeit des Lebens. Das ist ein Prinzip, das sich in vielen Lebensbereichen findet und das wir mit dem Titel und der inhaltlichen Ausrichtung der Akademie auf die Architektur- und die Baubranche anwenden möchten.

Welche Inhalte wollt ihr vermitteln bzw. wofür steht die Akademie?

„Nachhaltig Neues schaffen – in der Welt und in dir selbst“ lautet

sundheits- und letztendlich Lebensqualität – sie können für sich alleine stehen oder sich gegenseitig bereichern. In meiner Arbeit spreche ich daher oft von der Gestaltung innerer und äusserer Räume. Immer wieder beobachte ich, dass Kund:innen ihre Anforderungen an ihre äusseren Räume stark an Trends, gesellschaftlichen Normen oder ihrer Aussendarstellung ausrichten – während ihre essentiellen, individuellen Bedürfnisse hierbei kaum Raum finden. Deshalb habe ich begonnen, Praktiken des Yogas in den Gestaltungsprozess einzubinden. Denn Yoga als eine Form der Körperarbeit schafft einen Zugang zu den eigenen inneren Räumen – zu den Bedürfnissen des physischen Körpers und des psychischen Geistes. Es hilft, Raumwirkungen bewusst wahrzunehmen und herauszufinden, welche räumlichen Qualitäten wirklich gebraucht werden.

Früher wünschte ich mir, dass Baufamilien mit klaren Bedürfnissen zu mir kommen. Heute sehe ich mich in der Rolle, sie auf ihrer Erkundungstour durch ihre inneren Räume zu begleiten – und als Übersetzerin ihrer Bedürfnisse diesen im Aussen Ausdruck zu verleihen. Für mich gilt daher: „Inner spaces first“. Die Kombination von Yoga und Architekturpsychologie bietet somit den Vorteil, abgestimmte, bedürfnisorientierte Räume zu schaffen

– Räume, die nicht nur funktional sind, sondern auch Ruhepol, Rückzugsort und sicheren Raum für Erholung und Heilung bieten. Dies fördert nicht nur das Wohlbefinden der Bewohner, sondern trägt auch zu einem harmonischen und ausgeglichenen Familien- oder Gemeinschaftsleben bei. Nicht nur in architektonischen Gestaltungsprozessen, sondern auch als Referentin in der Wissensvermittlung handle ich nach dem Grundsatz: „Die Selbsterfahrung ist wichtiger als das Wissen um die Dinge.“

Hat sich dein persönlicher Bezug zur gebauten Umgebung seit deiner Yogapraxis und deiner Ausbildung in der Architekturpsychologie verändert?

Absolut. Seit meiner Yogapraxis und der Ausbildung in Architekturpsychologie verstehe ich den Raum auf mehreren Ebenen. Raum ist mehr als seine physische Grösse, sein Volumen oder seine Materialien. Mehr als seine Geschichte, ein Andenken oder eine Symbolik. Räume können soziopetal sein und Menschen zusammenbringen. Sie können die kognitive Wahrnehmung unterstützen und Emotionen hervorrufen – sie können dir Sicherheit und Geborgenheit bieten. Und sie können sogar salutogen wirken und Gesundheit sowie Genesung fördern. Und das Gute ist: Wir sind

der Leitsatz der Akademie. Damit ist das Angebot einerseits auf konkrete Aspekte der Bauweise, der Veränderung des Berufsalltags in Architektur und Planung ausgerichtet und andererseits auf die persönliche Entwicklung. Letzteres beinhaltet das Stärken der eigenen Interessen und Expertisen sowie die persönliche Weiterentwicklung. Auch das Wissen des Körpers, Perspektiven der Architekturpsychologie oder Angebote wie Burn-out-Prävention oder Yoga für Architekt:innen haben hier Raum.

Welche Themen und Schwerpunkte behandelst du im Rahmen der Akademie?

Ich selbst teile im Kontext der Akademie mein Wissen zur Wechsel-

beziehung von Architektur und Körper. In meinen bisherigen Angeboten habe ich Einblick gegeben in die Möglichkeiten, die sich aus verkörpert und sinnlichen Zugängen für den Entwurfsprozess, die Gestaltung und die Planung ergeben. In meinen aktuellen Workshops teile ich mein Wissen aus der langjährigen Tätigkeit in der Architekturforschung und -publikation. Es ist mir ein grosses Anliegen, dass das Wissen der Architektur eigene Ausdruckformen und Wege der Vermittlung findet. Das möchte ich nicht nur in meiner eigenen Forschung, meinen Veröffentlichungen und als Lead-Editorin von „Dimensions. Journal of Architectural Knowledge“ verfolgen, sondern auch für andere diese Möglichkeiten eröffnen.

alle jederzeit Gestalter:innen unserer Räume, im Inneren wie im Äusseren. Wir sind verantwortlich für sie und dürfen sie selbstwirksam gestalten.“ Wir haben die Möglichkeit, die Räume in unserem Leben zu bestimmen.

Es geht um eine bewusste, achtsame Gestaltung – nicht auf Kosten von Menschen, sondern zu deren Wohl.

Was fasziniert dich an der Architekturpsychologie?

In einer Zeit, in der Gesundheitsprävention, nachhaltige Lebenskonzepte und Ressourcenschonung zunehmend an Bedeutung gewinnen, bietet die Architekturpsychologie wertvolle Ansätze für eine zukunftsfähige und bedürfnisorientierte Raumgestaltung. Sie versteht unsere architektonische Umwelt als menschlichen Lebensraum und befasst sich mit der ganzheitlichen Wirkung von Räumen auf uns Menschen. Daher liefert sie fundierte Gestaltungsempfehlungen auf empirischer Grundlage – quasi einen neuen humanen Leitfaden der Gestaltung, der keinesfalls utopisch ist, sondern konkret umsetzbar. Tatsächlich führt er oft zu anderen Ergebnissen als etablierte Normen und Regelwerke.

Für mich spielt dabei Achtsamkeit eine zentrale Rolle: Sie hilft uns, bewusst zu gestalten, Räume zu schaffen, die wirklich unseren Bedürfnissen entsprechen und unser Wohlbefinden fördern – sowohl im privaten als auch im beruflichen Umfeld.

Wenn du nun auf dein Architekturstudium zurückblickst: Welche Themen – in Anbetracht deiner aktuellen Arbeit als Dozentin – wurden in der Ausbildung vernachlässigt oder werden in der Architektur allgemein zu wenig/zu oberflächlich vermittelt?

Puh, da hätte ich einige Verbesserungsvorschläge. Das grösste Potenzial liegt meiner Meinung nach in der Schulung von persönlichen, emotionalen und kommunikativen Kompetenzen. Als Architekt:innen sind wir die Schnittstelle zwischen vielen Beteiligten: Wir dürfen Men-

schen führen, sie begeistern und auch ausbilden.

Vor allem Weiterbildungen zu gewaltfreier Kommunikation oder Kurse zu psychischer Gesundheit und Resilienz haben mir in meiner eigenen Ausbildung gefehlt. Ganz nach dem Motto „You cannot serve from an empty cup“ ist der Architekturbetrieb eine Dienstleistung, in der du dich zunächst um deine eigenen Ressourcen kümmern musst, um für andere da sein zu können. Stattdessen reproduzieren Universitäten häufig ein System von schlechten Arbeitsbedingungen und tragen so wenig zu einem Paradigmenwechsel in der Architektur bei. Wenn du deine mentalen, körperlichen und räumlichen Bedürfnisse klar erkennst und für dich erfüllen kannst, dann gelingen dir auch empathische und erfolgreiche Planungsprozesse.

In Kursen, Workshops und Retreats begleite ich Menschen darin, ihre inneren Räume zu erforschen – um daraus ihr Bedürfnisse in architektonische äussere Räume zu übersetzen oder ihnen begleitend im Planungsprozess zur Seite zu stehen. ●

SVENJA RAABE

ist Architektin, Expertin der Architekturpsychologie und Yogalehrerin. Ihr gesamtes Sein und Handeln formt sich seit jeher um den Menschen und um Visionen eines wertvollen Lebens. Sei es in der Architektur, beim Schaffen von humanen Lebenswelten oder in der Bewegung in verbindenden Gemeinschaften. Es geht um das Gestalten von Räumen im und um den Menschen sowie das Erkunden und Erfahren dieser.

DR. KATHARINA VOIGT

ist in Forschung und Lehre, Praxis und Beratung in der Architektur und im zeitgenössischen Tanz tätig. Im Zentrum ihrer Arbeit steht die Frage, wie Räume gelebt und sinnlich erfahren werden, wie sie mit dem Körper in Resonanz treten und wie unterschiedliche Körpermodi die Architekturauffassung beeinflussen.

ten Semestern haben wir gemeinsam mit den Dozent:innen evaluiert, was sich eingelöst hat und was offen geblieben ist. Dementsprechend haben wir manche Angebote modifiziert und neue hinzugenommen – auch das ist Wandel. In den Angeboten selbst haben die Dozent:innen grosse Freiheit und Selbstbestimmung. Wie sie die spezifische inhaltliche Ausrichtung und das Format gestalten, ist ihnen überlassen.

Wie laufen die Kurse ab? Online, digital, tageweise oder auch über einen längeren Zeitraum?

Die Workshops und Seminare der Akademie finden online statt und ermöglichen es damit sowohl für die Dozent:innen als auch für die Teilnehmer:innen von überall Teil der Akademie werden zu können. Die Sommerschulen in Italien an der Fonte della Luna und im Olivenhain am Monte di Portofino bieten die Gelegenheit, sich persönlich an gemeinsamem Ort kennen zu lernen, sich auszutauschen und gemeinsam zu gestalten.

Die Akademie ist sehr weiblich besetzt. Wie nehmt ihr das Bild/die Rolle der Architektin in der Baubranche wahr?

Es war keine aktive kuratorische Entscheidung, dass die Akademie so stark weiblich besetzt ist. Das hat sich vielmehr aus unseren Netzwerken ergeben. Insbesondere Dr. Isabel Zintl richtet seit vielen Jahren ihr Tun darauf aus, Frauen in der Architektur und der Baubranche zu ermutigen neue Wege zu beschreiten. Die Angebote der Akademie sind für alle offen, und doch gibt es einige Schwerpunktthemen, die sich explizit an Frauen richten, die Vernetzung von Frauen in Architektur und Planung fördern und Themen des Frauseins in der Baubranche aufgreifen. ●

Welche Voraussetzungen muss man erfüllen, um an der Akademie Kurse belegen zu können?

Das Angebot der Akademie ist grundsätzlich offen für alle, die sich für Themen der Architektur und Planung interessieren. Die Angebote richten sich in ihrer Ausrichtung insbesondere an Planer:innen und Architekt:innen im Beruf, für die viele der Angebote als berufliche Weiterbildungen fungieren, die meist auch bei den Architektenkammern anerkannt sind.

Wie wird das Lehrprogramm bzw. wie werden dessen Inhalte zusammengestellt?

In dieser Gründungsphase liegt das Kuratieren des Programms in den Händen von Dr. Isabel Zintl und mir. Wir bestreiten aktuell das zweite Semester der Akademie, das heisst, vieles ist aktuell noch im Entstehen und Werden. Am Ende des letz-

Die Gründerinnen,
Leiterinnen und
Kuratorinnen der
Akademie für
Raum und Wandel:
Dr. Isabel Zintl
und Dr. Katharina
Voigt.

