

Arbeitsprozesse durch Raumressourcen optimieren

Der Online-Lehrgang für das Betriebliche Gesundheitsmanagement
und Arbeits-, Wirtschafts- und Organisationspsychologie

An wen richtet sich dieser Lehrgang?

Dieser Lehrgang wendet sich an alle Arbeits-, Wirtschafts- und Organisationspsycholog/innen, die Betriebe beraten. Das Ziel des Lehrganges liegt darin, sich architekturpsychologisches Wissen anzueignen, mit dem Ziel, Betriebe hinsichtlich der Auswirkungen von Räumen zu beraten.

Sollten Sie nicht in der **Beratung von Betrieben** tätig sein, und die **Architekturpsychologie der Arbeitsräume in Ihre Arbeit einbinden** wollen, dann empfehlen wir Ihnen den Lehrgang „Arbeitsprozesse durch Raumressourcen optimieren“.

Sollten Sie eine umfassende Weiterbildung im Bereich der Wohn- und Architekturpsychologie anstreben, dann wäre der Lehrgang „Angewandte Wohn- und Architekturpsychologie“ das Richtige für Sie. Dabei können Sie „Arbeitsprozesse durch Raumressourcen optimieren“ als Aufbaumodul wählen.

Zu folgenden Themen können Sie die Betriebe beraten:

Verbesserung der Arbeitseffizienz

Arbeitseffizienz wird hier sowohl im betriebswirtschaftlichen Sinn als auch im psychologischen Sinn verstanden. **Fühlen sich die Mitarbeiter/innen in Bezug auf ihre räumlichen Bedürfnisse wohl, so erbringen sie eine bessere Arbeitsleistung und das betriebswirtschaftliche Ergebnis steigt.**

Stressregulierung / Burn Out Vermeidung

Räume und Raumbedingungen verstärken häufig den mit der Arbeit verbundenen Stress und tragen wesentlich zur Entstehung krankhafter Zustände bei. **Bestimmte Raummerkmale tragen aber dazu bei den Stress zu regulieren und damit Krankenstände zu vermeiden.**

Bessere Kundenkontakte

Ein positiver Kundenkontakt verlangt Räume, die Vertrauen aufbauen und Betriebskompetenz signalisieren. Bestehen hier Schwachpunkte, hat dies Auswirkungen auf mögliche Vertragsabschlüsse.

Raummerkmale können aber auch ein Gefühl der Sicherheit vermitteln, wodurch Kundengespräche offener und besser werden.

Kommunikation / Teamarbeit

Viele Betriebe denken durch Großraumbüros würden Sie die Kommunikation verbessern. Doch eine gelungene Kommunikation verlangt Kooperation und ein Stück Empathie. **Diese emotionalen Zustände verlangen jedoch eine bestimmte Raumgestaltung.**

Identifikation mit dem Betrieb

Ein wirtschaftlich starker Betrieb gibt Sicherheit und fördert die Identifikation. Darüber hinaus ist es jedoch notwendig, dass sich die Mitarbeiter/innen persönlich entfalten können. Nur dann empfinden die Menschen eine Übereinstimmung von betrieblichen und persönlichen Bedürfnissen. Dazu können Räume einiges beitragen.

Warum bieten wir diesen Lehrgang an?

Überall, wo Menschen mit Räumen und Gebäuden zu tun haben, kommt die Wirkung der Mensch-Raum Interaktion zum Tragen. Auf wissenschaftlicher Ebene gibt es zahlreiche Forschungen, Studien und Projekte, die diese Wirkungen belegen. Der Transfer dieses wertvollen Wissens in die Praxis findet jedoch kaum statt. Mit diesem Lehrgang wollen wir allen Expert*innen die Betriebe beraten den Zugang zur Architekturpsychologie ermöglichen.

Das bewährte Lehrgangskonzept

Der Lehrgang besteht aus einer Kombination von Methoden, die ein individuelles Lernen und damit auch weitgehend zeitliche Unabhängigkeit ermöglichen. Er ist in Module gegliedert, die teilweise optional gebucht werden können. Diese Module bestehen jeweils aus mehreren Lektionen mit einem klaren Lernziel.

Die Inhalte des Lehrganges

MODUL 1 Die Wirkung von Räumen im Arbeitskontext

In diesem Modul lernen Sie die vielschichtigen Einwirkungen von Räumen und Gebäuden auf den Menschen, sowie die jeweiligen psychologischen Hintergründe, kennen. Zahlreiche wissenschaftliche Studien unterstützen die vorgestellten Zusammenhänge. Sie lernen die unterschiedlichen Raumwirkungen kennen und zu unterscheiden. Erst mit einer differenzierten Betrachtung einer Raumsituation können konkrete und nachhaltige Verbesserungen vorgeschlagen werden.

- **Belastungen am Arbeitsplatz:** Hier wird beschrieben, wie Belastungen entstehen und welche Gegenmaßnahmen es gibt;
- **Umgang mit Raum und Grenzen:** Der persönliche Raum, Privatheit und Territorien sind wesentliche Bestandteile eines funktionierenden Arbeitsprozesses;
- **Umweltkontrolle, Aneignung und Status:** Deren Bedeutung für Identifikation, Arbeitszufriedenheit und Burn Out Prävention;
- **Stressregulation und Kurzzeitregeneration:** Sie lernen, wie Räume dazu beitragen Stressreaktionen abzuschwächen und Regeneration zu bewirken;
- **Kommunikation und Zusammenarbeit:** Der soziale Raum im Arbeitskontext, soziale Isolation und Separation bzw. sozialer Stress und die Folgen davon;

Wissenschaftliche Grundlagen und Konzepte

Die Architekturpsychologie bildet die wissenschaftliche Grundlage für diesen Lehrgang, wobei teilweise auch Inputs von anderen Wissenschaften einfließen.

Durch wissenschaftliche Argumentation erweitern Sie Ihre Interventionsmöglichkeiten.

- **Architekturpsychologie** - Definition und Bedeutung im Arbeitskontext;
- Architekturpsychologische **Perspektiven und Konzepte** in ihrer Relevanz im Arbeitskontext;
- **Salutogene und pathogene Wirkungen** von Räumen;
- **Stand der Forschung** in den verschiedenen Bereichen der Raumwirkung;

MODUL 2 Systematische Anwendung und Methodik

Um bei Betrieben eine Motivation für die Arbeitsraumoptimierung aufzubauen, braucht es Ziele mit denen sich die Betriebe identifizieren können, wie etwa:

- Zusammenhang Raumgestaltung und **Arbeitsleistung**;
- Verbesserung der **innerbetrieblichen Kommunikation** und Teamarbeit;
- Reduktion von Krankenständen und **Burn Out Prophylaxe** durch Raumgestaltung;
- Verbesserung von **Kundenkontakten** durch Raumgestaltung;

Tätigkeitsanalyse

Eine Raumoptimierung bringt dann die besten Ergebnisse, wenn sie sich an der Art der Tätigkeiten orientiert. Für jeden Raum wird daher eine Tätigkeitsanalyse durchgeführt.

- Art der **Tätigkeit** (kognitiv, kommunikativ, manuell, mechanisch, usw.);
- **Belastungen**, die mit der Tätigkeit zusammenhängen;

Arbeitsraumanalyse

Die Arbeitsraumanalyse ist eine raumbezogene Diagnose der Mensch / Raum Beziehungen mit ihren Auswirkungen auf den Arbeitskontext. Dabei wird auf der Grundlage der Beratungsziele eine Stärken- / Schwächenanalyse durchgeführt hinsichtlich folgender Themen:

- Vermeidbare und unvermeidbare **Belastungsfaktoren** durch die ausgeführte Tätigkeit;
- Widersprüche von **Organisationsstruktur und Raumstruktur**;
- Raumstrukturen und **Kontrollmöglichkeiten**;
- **Kurzzeitregeneration** und **Belastungsausgleich**;
- Aneignung und **Personalisierung**;
- **Kommunikation** und Teamarbeit;

Arbeitsraumoptimierung

Auf der Grundlage von Beratungsziel und Arbeitsraumanalyse werden Optimierungsmaßnahmen vorgeschlagen. Dabei sind folgende Fragen zu klären:

- Welche **psychologischen Prozesse** (z.B. Stressregulation, Abgrenzung, Personalisierung usw.) sollen gestärkt werden?
- Welche **Gestaltungsmaßnahmen** sind relevant, um die Optimierung und die Ziele zu erreichen?
- Welche **Maßnahmen** sind realisierbar, und werden daher der Unternehmensleitung vorgeschlagen?

MODUL 3 Gestaltungsmaßnahmen und Möglichkeiten der Arbeitsraumoptimierung

Hier lernen Sie die Gestaltungsmaßnahmen kennen, die Auswirkungen auf die gewünschten Ergebnisse (Ziele) haben.

- **Belastungsreduktion durch Raumgestaltung:** Können Belastungen nicht vermieden werden, so sollten kompensatorische Gestaltungen eine Verbesserung bewirken;
- **Raumkonzepte für Büros:** Hier werden Bürokonzepte mit ihren Belastungen, sowie den Auswirkungen auf Arbeitseffizienz, Kommunikation und Kurzzeitregeneration vorgestellt;
- **Licht und Farbe:** Licht und Farbe können sowohl die Arbeitsprozesse unterstützen als auch Belastungen ausgleichen;
- **Akustik und Raumklima:** Lärm und schlechte Akustik sind wohl der prominenteste Stressfaktor im Arbeitsbereich. Enorme Relevanz hat jedoch auch der Irrelevant Speech Effekt (Mithören von Gesprächen). Zu diesen Bereichen werden einige Lösungsvarianten vorgestellt;
- **Natur und Ausblick:** Natürliche Gestaltung, Integration von natürlichen Elementen sowie Ausblick in die Natur sind die am stärksten vernachlässigten Ressource in der Raumgestaltung. Vielfältige Wirkungen auf Arbeitsleistung, Kommunikation, Kreativität, Regeneration (auch ohne die Arbeit zu unterbrechen) usw. belegen dies;

MODUL 4 Arbeitsraumoptimierung in der Umsetzung

In diesem Modul wird vorgestellt, worauf es in der Gestaltung folgender Raumbereiche ankommt.

- **Individuelle Arbeitsplätze:** Hier sind sowohl Belastungsreduktion, Belastungsausgleich, Steigerung von Arbeitsleistung sowie der Kurzzeitregeneration erforderlich. Dazu kommen person- und tätigkeitsbezogene Empfehlungen.
- **Pausenräume:** Richtig eingesetzt können Pausenräume einen tätigkeitsbezogenen Ausgleich schaffen, damit das Stressniveau deutlich senken und die Arbeitseffizienz wesentlich verbessern. Besonders bei Pausenräumen ist es wichtig, den richtigen Motivationsfaktor für die Betriebe zu finden.
- **Besprechungsräume:** Verschiedene Gestaltungsmaßnahmen wirken sich auf die Kooperationsbereitschaft aus und sind daher förderlich, wenn es darum geht effiziente Besprechungen und Meetings durchzuführen.
- **Räume für Kundenkontakte:** Viele Betriebe unterschätzen die Wirkung der Räume auf die Qualität ihrer Kundenkontakte. Gerade hier gilt es Vertrauen herzustellen, um die Kundenkontakte positiv gestalten zu können.

Der Ablauf des Lehrganges

Einteilung in Module und Lektionen

- **Module** sind übergeordnete Themenblöcke, die das umfassende Gebiet der Wohn- und Architekturpsychologie in sinnvolle Abschnitte gliedern und damit einen kontinuierlichen Lernfortschritt ermöglichen.
- **Lektionen** sind Teile der Module mit den fertigen Kursunterlagen (siehe unten), die Sie schrittweise freigeschaltet bekommen und nach Ihrer individuellen Zeiteinteilung bearbeiten können.

Eine Lektion besteht aus unterschiedlichen Lernformaten

- **Video** – Lehrgangsfolien (ppt) mit Erklärungen im Videoformat
- **Unterlagen** – begleitende Unterlagen, Skripten, Arbeitsblätter usw. meist als pdf
- **Übungen** – In den Lektionen werden jeweils Übungen angeleitet, die in einem Arbeitsheft zusammen gefasst sind

Der Umfang der Lektionen ist unterschiedlich und richtet sich nach dem bearbeiteten Thema.

Die durchschnittliche Bearbeitungsdauer für eine Lektion samt der Teilnahme an den Meetings kann mit 2-3 h angenommen werden.

Begleitung in jeder Lehrgangsphase

Sie werden in der Premiumversion des Lehrgangs entsprechend Ihrem individuellen Bedarf begleitet. Dies erfolgt durch:

- **In den Videomeetings** werden Fragen aus dem Lehrgang geklärt und ergänzende Inhalte vorgestellt
- Haben Sie die Lektionen bearbeitet und die Übungen durchgeführt, so können Sie mit einem **Abschlussgespräch** den Lehrgang abschließen. Dabei werden Anwendungsmöglichkeiten in der jeweiligen Beratungssituation besprochen. Anschließend bekommen Sie das **Zertifikat**, welches die Teilnahme, die Inhalte und Ihren Kenntnisstand bestätigt.
- Fragen können jederzeit auch per **E-Mail** gestellt werden

Ihre Vorteile durch die Abwicklung des Lehrganges mit einer Kombination von Online-Elementen und unserem speziellen Betreuungsservice

- Sie sind **zeitlich unabhängig** und können den Lernfortschritt selbst bestimmen.
- Sie können die Zeiten an Ihre eigenen **Arbeits- und Freizeitkapazitäten** anpassen.
- Sie **sparen Zeit, Fahrt- und Übernachtungskosten**.
- Sie können die **Lehrunterlagen jederzeit abrufen und bearbeiten**.
- **Unkomplizierte Abwicklung** der Lehrgangprojekte
- **Kontinuierliches Betreuungsangebot**

Umfang des Lehrganges und Kosten - Premiumversion

Der Umfang des Lehrganges beträgt in Summe 24 Lektionen. Die Aufteilung und die Preise sind in folgender Liste ersichtlich. Diese Beschreibung gilt für die **Premiumversion**. Bei der **Basisversion** fallen Gruppenmeetings und Abschlussgespräch weg, bei der **Plusversion** sind 2h Einzelcoaching inkludiert.

PREMIUMVERSION 24 Lektionen und 12 Monate Betreuung - € 790.- plus Mwst.

Sie bekommen Zugang zu allen Lektionen, Unterlagen und werden zu den Meetings eingeladen. Als Abschluss bekommen Sie ein Zertifikat.

- **Modul 1** - Raumwirkung im Arbeitsprozess – Architekturpsychologische Grundlagen
- **Modul 2** - Arbeitsraumanalyse und Arbeitsraumoptimierung – Systematik und Methoden
- **Modul 3** - Gestaltungsmaßnahmen in der Arbeitsraumoptimierung – Möglichkeiten der Arbeitsraumoptimierung
- **Modul 4** - Arbeitsraumoptimierung in der Umsetzung – Umsetzung in verschiedenen Raumsettings
- **Betreuung** - E-mailsupport, 6 Gruppenmeetings und das Abschlussgespräch sind im Preis enthalten; projektbezogene Einzelberatung ist im Lehrgangspreis nicht enthalten;

BASISVERSION 24 Lektionen ohne Betreuung - € 590.- plus Mwst.

In der Basisversion bekommen Sie Zugang zu den Lehrgangsinhalten, jedoch keine Betreuung und Abschlussgespräch. Da hier der Lernfortschritt nicht überprüft wird, kann auch kein Zertifikat ausgestellt werden.

PLUSVERSION 24 Lektionen mit Betreuung und Einzelcoaching - € 990.- plus Mwst.

Sie wollen zum Lehrgang zusätzlich Einzelcoaching / Supervision für Ihre Projekte, dann können Sie mit der Plusversion 2 Coachingstunden zu einem vergünstigtem Paket buchen.

EINZELBERATUNG / COACHING als Supervision für Ihre Projekte

Für Einzelberatung per Zoom werden pro Stunde € 140.- in Rechnung gestellt.

Obige Preise sind Nettopreise, die Mwst. wird noch hinzu gerechnet.

Dauer des Lehrganges

Der Lehrgang ist so angelegt, dass er berufsbegleitend innerhalb von 5 Monaten absolvierbar ist. Die freigeschalteten Lehrgangsunterlagen können 12 Monate eingesehen werden. Die Betreuung ist auch auf max. 12 Monate begrenzt.

Anmeldung und Bezahlung

Mit dem online verfügbaren Anmeldeformular kann man den Lehrgang buchen. Mit der Anmeldung wird der entsprechende Betrag fällig. Dazu bekommen Sie eine Rechnung zugeschickt. Der Kurs gilt als belegt, wenn die Zahlung eingegangen ist.

Angewandte Wohn- und Architekturpsychologie

Wenn Sie nicht im Bereich der Arbeitspsychologie oder des betrieblichen Gesundheitsmanagements arbeiten sollten, empfehlen wir Ihnen den Lehrgang „[Angewandte Wohn- und Architekturpsychologie](#)“. Dabei können Sie das Thema Arbeitsräume als Aufbaumodul buchen.

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an herbert.reichl@iwap.at