

# Mehr Produktivität durch Wohlfühlen am Arbeitsplatz

## - Ratgeber von DeTelImmobilien -Wohlbefinden im Büro

80 bis 90 Prozent seiner Lebenszeit verbringt der moderne Mensch in geschlossenen Räumen, sei es die Wohnung, die Fabrik oder das Büro. Dabei sind wir evolutionsgeschichtlich, wenngleich unbewusst, immer noch Jäger und Sammler und somit der Natur sehr verbunden. Diese psychobiologische Verbindung zu Pflanzen lässt sich gezielt zur betrieblichen Gesundheitsförderung und Produktivitätsverbesserung einsetzen, denn: Das Wohlbefinden von Mitarbeitern im Büro hat einen erheblichen Einfluss auf die Produktivität des Unternehmens. Eine wesentliche Rolle spielen dabei Pflanzen am Arbeitsplatz. Die internationale Initiative Plants for People initiiert und unterstützt internationale Forschungsprojekte zur Wohlfahrtswirkung von Pflanzen in der Arbeitswelt, veröffentlicht relevante Studienergebnisse und kommuniziert diese über Symposien, Workshops und Veröffentlichungen. In den 80er Jahren hatte sich die NASA



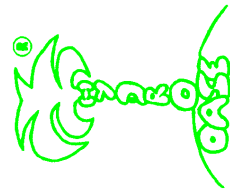
erstmalig wissenschaftlich mit der Wirkung von Pflanzen auf den Menschen befasst. Seither liegen umfangreiche Untersuchungen und Studien aus verschiedenen Ländern vor, die belegen, dass sich Pflanzen im Büro vielfältig positiv auswirken: Sie mildern die Stressempfindlichkeit der Mitarbeiter, verringern gesundheitliche Probleme und fördern die Leistungsfähigkeit.

### Stress lass nach

Gerade in der heutigen Zeit, in der immer mehr Arbeitnehmer unter der allgemeinen wirtschaftlichen Situation und beruflicher Anspannung leiden, sind nachhaltige Maßnahmen wie effektive Innenraumbegrünung ein Mittel der Wahl, um arbeitsbedingtem Stress entgegen zu wirken: Langfristig empfundener Stress kann erhebliche negative Auswirkungen auf das körperliche und geistige Wohlbefinden haben. Immer mehr Unternehmen erkennen, dass Faktoren wie Arbeitszufriedenheit und ein als angenehm empfundenen Arbeitsumfeld die Leistung, Gesundheit, Motivation und Firmenverbundenheit der Mitarbeiter steigern und einen wesentlichen Einfluss auf die Produktivität und Rentabilität eines Unternehmens ausüben.

### „Grüne Kollegen“ wirken auf das Klima

Das Klima im Büro soll angenehm sein: Richtige Temperatur, keine Zugluft. Die Luft sollte weder zu feucht noch zu trocken sein: Eine Aufgabe für „grüne Kollegen“. Die physikalisch-chemischen Wirkungen von Pflanzen am Arbeitsplatz und deren positive Effekte auf das Raumklima sind enorm: Grünpflanzen reinigen die Büroluft von toxischen Stoffen, verringern die Staubbelastung und verbessern die Atemluft, indem sie Kohlendioxid verbrauchen und Sauerstoff produzieren. Sie verdunsten über ihre Blätter Wasser, das wieder an die Raumluft abgegeben wird. Somit regeln sie die Luftfeuchtigkeit auf natürlichem Wege – ohne technische Klimaanlage – und beugen dadurch typischen Bürobeschwerden wie Erkältungskrankheiten, Augenbeschwerden, Müdigkeit und Kopfschmerzen vor. Als grüne Raumteiler und lebendige Gestaltungselemente eignen sich Pflanzen hervorragend, um Räume zu individualisieren und - nicht zu vergessen – attraktiv zu machen. Ferner mindern sie vor allem in größeren Büros mit mehreren Mitarbeitern,



# HYDRO – OASE

Dreienbergstr. 3 • 36277 Schenklengsfeld  
Tel. 06629/808668 • Fax 06629/915341



die Geräuschbelastung. Verschiedene internationale Studien haben belegt, dass der Anblick von Grünpflanzen oder ein Blick aus dem Fenster in die Natur stressbedingten Spannungszuständen innerhalb von Minuten entgegenwirkt: Der Puls schlag beruhigt sich, die Atmung wird ruhiger, die Muskelanspannung lässt signifikant nach.

### **Grün beruhigt**

Neben diesen technisch messbaren Faktoren ist auch die emotional-psychologische Wirkung von Pflanzen durch Forschung bestätigt. Begrünte Büros, die den Menschen eine „natürliche Umgebung“ bieten, haben deutlich Wirkung auf das Wohlbefinden, die seelische Ausgeglichenheit und die Arbeitszufriedenheit der Mitarbeiter, was insgesamt zu einer erhöhten Produktivität führt. Mitarbeiter, die in begrünten Büros arbeiten, schätzen vor allem den ästhetischen Mehrwert der Innenraumbegrünung. Sie sind weniger gestresst, fühlen sich in ihrem Arbeitsumfeld wohl, sind psychisch stabiler und regenerieren sich schneller. Mit Pflanzen gestaltete Büroräume werden erfrischender, abwechslungsreicher und konzentrationsfördernder erlebt.

### **Bare Münze**

Für Unternehmer und Firmen bietet eine nachhaltige Innenraumbegrünung auch geldwerte Vorteile. Pflanzen in Innenräumen sorgen im Winter für eine höhere „gefühlte Temperatur“: Der verringerte Energieverbrauch für Heizung spart Kosten. Ganzjährig wirken Grünpflanzen regulierend auf das Raumklima und können eine technische Klimaregelung ersetzen. Nicht zu unterschätzen ist auch die Werbewirkung nach innen und nach außen. Ein Unternehmen, das in Grün investiert, zeigt gesellschaftliche Verantwortung und kommuniziert eine positive Unternehmenskultur. Studien in den Niederlanden, Norwegen, den USA und Deutschland belegen, dass die durch eine intensive Begrünung erreichte erhöhte Motivation, Arbeitszufriedenheit und Produktivität der Mitarbeiter zu geringeren Ausfallzeiten und einem niedrigeren Krankenstand führt und sogar die Fluktuationsrate in der Firma senkt. Noch ein Kostenaspekt: Steuerlich werden Büropflanzen, ebenso wie Büromöbel, als Betriebsausgaben betrachtet.

### **Richtige Planung: Das Ah und Oh!**

In der Planungsgruppe agsn arbeiten Architekten und Grünplaner bei allen Projekten von Anfang an zusammen, sei es im Neubau oder im Bestand. Im intensiven Wechselspiel zwischen Gebäude- und Grünplanung entsteht eine Architektur, die durch Klarheit und Einfachheit überzeugt und die nicht zuletzt durch die Integration von Grün lebendig ist und Orte zum Wohlfühlen schafft.

Bereits im Vorentwurf werden Pflanzenstandorte und -arten festgelegt.

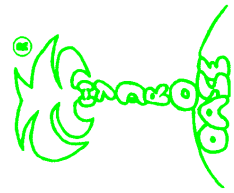
Nur so ist das Ergebnis dauerhaft und die Pflanzen können über viele Jahre lang gedeihen und ihre volle Leistungsfähigkeit den Nutzern bringen.

Jürgen Frantz, Berater bei agsn und langjähriger technischer Leiter des Botanischen Gartens der Universität Tübingen: „Wir wollen von den Pflanzen das, was sie am besten können: Klima schaffen - Pflanzen können das Raumklima wesentlich verbessern und diese Eigenschaft machen wir uns zu Nutze.“

### **Beispiele:**

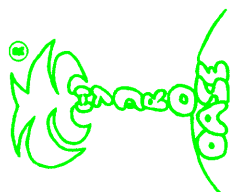
#### **Biohof Achleitner**

Ein Musterbeispiel konsequenter Planung unter Berücksichtigung von Pflanzen. In nahezu allen Bereichen - im Foyer, in den Büros, in Gastronomie und Laden -



# HYDRO - OASE

Dreienbergstr. 3 • 36277 Schenklengsfeld  
Tel. 06629/808668 • Fax 06629/915341



werden Pflanzen zur Raumklimatisierung eingesetzt.  
Architektur: Architekturplus, I-Bozen und EBP Preisack, A-Linz  
Grünplanung: Planungsgruppe agsn, Tübingen

### Solar Info Center

Im Solar Info Center in Freiburg wurde das Foyer begrünt. agsn wurde hier erst kurz vor Fertigstellung beauftragt. Rohbau und Glasfassade (Glasqualität, Sonnenschutz etc.) waren bereits festgelegt und nicht mehr veränderbar. Die Auswahl der Pflanzen reagiert auf die vorhandenen Lichtverhältnisse. Vier Themengärten (Denker-Garten, Kreativ-Garten, Duft-Garten und Klima-Garten) laden ein zum Verweilen und zur Inspiration.

Architektur: Planungsgruppe Buschmann, Guido Epp, Freiburg  
Grünplanung: Planungsgruppe agsn, Tübingen

### Projekt: green business center

Auf einem exponierten Grundstück im Quartier Vauban in Freiburg ist das green business center geplant. Es entstehen Gewerbeflächen und Wohnungen. Grün bestimmt das Gebäude- und Marketingkonzept: hohe Luftqualität, hochwertige Arbeitsplätze, ein Haus zum Wohlfühlen für Bewohner, Mitarbeiter und Kunden. Zwei begrünte Passagen führen in und durch das Gebäude. Signal und Aushängeschild und gleichzeitig Schallschutzelement zur belebten Zufahrtstraße ist ein Glashaus mit Südpazifik-Garten. Das Gebäude ist äußerst variabel nutz- und einteilbar.

Architektur: Planungsgruppe agsn, Tübingen  
Projektentwicklung: Planungsgruppe Buschmann, Freiburg und agsn

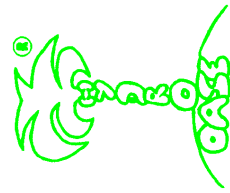
### Tipps, damit es lange grünt:

1. Die beste Voraussetzung für eine erfolgreiche Innenraumbegrünung ist die richtige Pflanzenauswahl: Entscheidend sind die jeweiligen Licht- und Temperaturverhältnisse, aber auch die bauliche Situation am gewünschten Standort.
2. Bei Neubau oder Renovierung von Büroräumen sollte gleich an den Einbau von Wasseranschlüssen und Gefäßen gedacht werden.
3. Regelmäßige Pflegearbeiten wie Gießen und Düngen kosten Zeit und sollten daher vom Fachmann durch Pflegeverträge übernommen werden. So sparen Sie Arbeitszeit und gewährleisten richtige Betreuung der Pflanzen. Viele Floristen und Gartencenter bieten solche Leistungen an und beraten auch bei der Auswahl geeigneter Pflanzen.
4. Wenn kein Fachbetrieb mit der Pflege beauftragt wurde, sollte ein Pflegeplan in der Firma aufgestellt werden, so dass sich die Mitarbeiter aktiv mit den Pflanzen beschäftigen und Nachhaltigkeit garantiert ist.

Weitere Informationen finden Sie unter:

[www.planungsgruppe.agsn.de](http://www.planungsgruppe.agsn.de) [www.deteimmobilien.de/ratgeber](http://www.deteimmobilien.de/ratgeber)

Quelle: [www.plants-for-people.de](http://www.plants-for-people.de)



# HYDRO – OASE

Dreienbergstr. 3 • 36277 Schenklengsfeld  
Tel. 06629/808668 • Fax 06629/915341

