



PAUSE BITTE!

Reloading my batteries: Jugendliche erheben und erforschen Orte, die sich zur Regeneration ihrer mentalen Leistungsfähigkeit eignen.

<http://www.sparklingscience.at>

Der Schulalltag fordert die SchülerInnen. Ihre geistige Leistungsfähigkeit sinkt, der Stress nimmt zu und sie können sich weniger gut konzentrieren. Doch wo erholen sich Jugendliche, wo laden sie ihre Batterien wieder auf? Ist es beim „Facebooken“ im Café, beim „Chillen“ mit FreundInnen oder beim Spaziergang im Wald?

Im Projekt Pause bitte! werden die regenerativen Wirkungen von Innen- und Außenräumen auf die geistige Leistungsfähigkeit und das Wohlbefinden von SchülerInnen untersucht. Mittels Videodiary erheben die Jugendlichen dabei ihre Erholungsorte und analysieren diese. Sie reflektieren ihre Verhaltensweisen und setzen sich mit der Bedeutung von Erholungsräumen für ihre Lebensqualität auseinander. Sie messen die regenerativen Effekte verschiedener Räume auf psychischer wie physischer Ebene. Subjektive Wahrnehmungen können so mit den tatsächlichen restaurativen Wirkungen verglichen werden. Abschließend entwickeln die SchülerInnen Strategien, wie regenerierende Wirkungen bestimmter Räume und Aktivitäten in ihren Alltag und in den Schulalltag integriert werden können. Sie schlagen Maßnahmen zur Verbesserung der Zugänglichkeit dieser Räume vor und präsentieren sie VertreterInnen aus Stadtplanung, Umwelt und Gesundheit.

Die Ergebnisse des Projektes sind ein wichtiger Baustein in der Erforschung restaurativer Wirkungen auf Jugendliche im Vergleich zu anderen Altersgruppen sowie in Abhängigkeit von Raumtypen. In diesem inter- und transdisziplinären Projekt arbeiten Wiener SchülerInnen gemeinsam mit ExpertInnen aus der Erholungsplanung, Umweltmedizin und Umwelttechnik.



Das PAUSE BITTE! Team

- Institut für Landschaftsentwicklung, Erholungs- und Naturschutzplanung, Universität für Bodenkultur, Wien (Projektleitung)
- Medizinische Universität Wien, Institut für Umwelthygiene, Zentrum für Public Health
- BRG 18 Schopenhauerstraße, 1180 Wien
- GRG 10, Laaerberg Gymnasium, 1100 Wien
- Lise Meitner Realgymnasium "Schottenbastei", 1010 Wien
- BIO-Innenraumanalytik
- Magistratsabteilung 18 - Fachbereich Landschafts- und Freiraumplanung
- Wiener Gesundheitsförderung, Team Gesunde Stadt - Gesunde Organisationen

Projektlaufzeit

- September 2012 – August 2014