

Antje Richter-Kornweitz, Marcus Wächter

Gibt es einen Zusammenhang von Nachbarschaft und Gesundheit?

Um diese Frage zu beantworten, muss man erst einmal klären, was genau unter „Nachbarschaft“ verstanden wird. Es gibt zwar eine Vielzahl individueller Vorstellungen, aber kaum einen Konsens und wenn man es genauer wissen möchte, dann findet sich wenig Greifbares. Die us-amerikanische „neighbourhood sociology“ bietet da mehr und ihr entstammt auch der Hinweis, dass eine Definition von Nachbarschaft sehr offen formuliert werden muss. Für die Sicht auf Nachbarschaft ist es danach entscheidend, aus welcher Wissenschaftsdisziplin man kommt. Die einen sehen mehr die räumlichen und städtebaulichen Aspekte, die anderen mehr die sozialen.

Der Aspekt Raum

Der Begriff Nachbarschaft muss also etwas genauer untersucht werden. Da ist zunächst der Aspekt „*Raum*“:



Die räumlichen Vorstellungen von Nachbarschaft sind individuell verschieden und ihre Wahrnehmung ist geformt durch Infrastruktur, Aspekte wie Stadt/Land und durch subjektive Komponenten. Dahinter stehen einerseits Vorstellungen von der Wirkung der gebauten Umgebung auf den Menschen, die ihn als ökologisches System - als Erfahrungs- und Handlungswelt - prägt. Andererseits begreift man den Menschen als ein Umwelt *schaffendes* Wesen. Sein Bestreben ist, mit seiner Umwelt vertraut zu sein und die Identifikation mit ihr spielt eine große Rolle für die Identität. Ein wichtiger Aspekt ist dabei die Gestaltbarkeit der *unmittelbaren* Umwelt.

Die Vorstellung, durch die gebaute Umwelt auf soziale Prozesse und Beziehungen einwirken zu können, existiert im Städtebau seit den 1920er Jahren. Seitdem ist man davon überzeugt, dass eine adäquate Bebauung im städtischen Raum vieles initiieren kann. Sie soll:

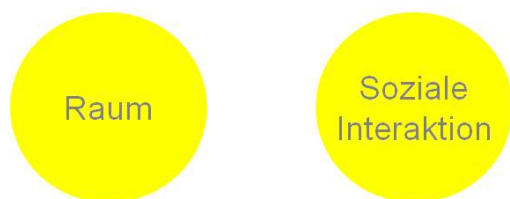
- eine physisch spürbare Ordnung in ein chaotisches und fragmentiertes städtisches Aggregat bringen,
- 'face-to-face'-Kontakte in eine anonyme urbane Gesellschaft einführen,
- den Menschen helfen, eine Form von Gemeinschaftssinn wieder zu gewinnen,
- Bewohner/innen ermutigen, vor Ort 'Loyalitäten' und Bindungen zu entwickeln, um damit die 'Entwurzelung' des Einzelnen als Folge der gestiegenen Mobilität aufzuheben und
- ein Gefühl von Identität, Sicherheit, Stabilität und 'Verwurzeltheit' in einer (ansonsten) bedrohlichen Welt stimulieren. (Robert Kaltenbrunner nach Richter&Wächter 2009)

Vor allem Kinder, Jugendliche und ältere Menschen sind stark auf ihr unmittelbares Umfeld angewiesen. Es bietet ihnen Gelegenheiten zur Lebensgestaltung, die fördernd sein können oder auch belastend und benachteiligend. Man spricht dem unmittelbaren Umfeld sogar zu, von seinen Bedingungen und seiner Gestaltung her Menschen entweder handlungsfähig zu machen oder auch nicht - gesund oder krank, je nachdem, ob sie sich im Kontext ihres Wohnumfeldes sozial integriert fühlen, wie sie Beziehungen deuten und andere Menschen wahrnehmen.

Die subjektive Komponente, die eigene Einordnung in das Umfeld und *das soziale Wissen* spielen bei dieser Deutung eine große Rolle. Auch in einer Wohngegend, die auf den Betrachter von außen abweisend wirkt, kann es vertraute Ecken und Treffpunkte geben, die für Kinder und Jugendliche oder Ältere zentrale Bedeutung haben. Sie können eine Verbundenheit mit der Umgebung stimulieren und damit identitätsstiftend sein oder bedeutsam für die Einbindung in eine soziale Gruppe.

Nachbarschaft als soziale Einheit

Nachbarschaft



Neben den räumlichen sind die sozialen Aspekte von Nachbarschaft entscheidend, denn es geht dort immer auch um soziale Beziehungen und deren Organisation. Dafür steht hier der Begriff *soziale Interaktion*.

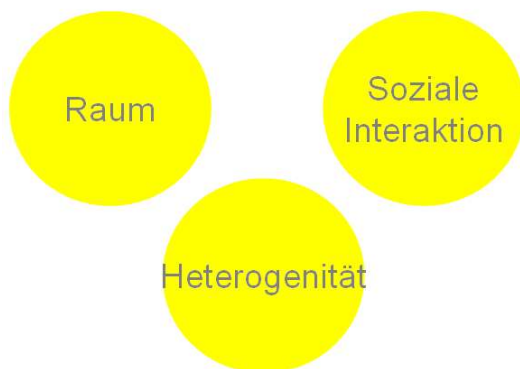
Im positiven Fall erstrecken sich soziale Interaktionen in der Nachbarschaft über unterschiedliche Personen, Gruppen sowie Institutionen und sind auf verschiedene Ziele und Zwecke gerichtet. Deren Bedeutung für den Einzelnen ändert sich je nach individueller Situation und nach strukturellen Merkmalen der Umgebung. „Auf der individuellen Ebene wächst die Bedeutung der Nachbarschaft, je weniger Bezugsgruppen jemand insgesamt hat; auf der strukturellen Ebene gewinnt sie dann an Bedeutung, wenn öffentliche Infrastrukturen oder privat-kommerzielle Dienstleistungen nicht zur Verfügung stehen“ (Hamm 1998, S. 172ff).

Damit sind zwei wesentliche Aspekte eingeführt, die für eine Begriffsbestimmung zentral sind. Die daraus folgende Definition stammt von Kawachi und Berkman (Kawachi und Berkman 2003, nach: Siegrist, Dragano und von dem Knesebeck 2006). Sie zielt auf den *sozialräumlichen* Charakter von Nachbarschaft.

Nachbarschaft ist als ein Gefüge sozialer Beziehungen von Bewohnern einer Region zu sehen, die in überschaubarer Nähe leben und in gewissem Umfang an gleichen Einrichtungen partizipieren.¹

Heterogenität – Problem oder Erfolgsfaktor?

Neben Raum und sozialer Interaktion ist Heterogenität der dritte zentrale Aspekt. Gemeint ist damit die vielfältige Zusammensetzung der Bewohnerschaft im Wohnumfeld.



Eine breite Vielfalt kann sich positiv auswirken, weil die Auswahl an Kommunikations- und Interaktionspartnern groß ist. Sie kann aber auch ein Problem sein, weil man trotz unterschiedlicher Lebensstile, ethnischer Hintergründe, Familienformen oder Einkommen zusammen finden muss. Heterogenität ist also Lösung für manche Fragen (z. B. Tipps für die Wohnungssuche) und auch Problem (z. B. fehlender Konsens über Ruhezeiten) zugleich. Ziel von Nachbarschaftsinitiativen ist oft, in dieser Vielfalt ein Zusammengehörigkeitsgefühl zu stiften. Die Leiterin eines Hamburger Nachbarschaftszentrums sagt dazu: „Die Gruppe, mit der wir uns beschäftigen, ist sehr heterogen, aber sie ist doch auch homogen, bezogen auf Bildung und Schicht. Und das ist für uns eben der Arbeitsansatz. Es bildet sich dadurch eine ganz starke gemeinsame Lebensbasis für die Menschen, die zu uns kommen und in unseren Augen oder den Erfahrungen unserer Arbeit nach, ist dies eine wesentlich stärkere Grundlage und Gemeinsamkeit, als es die Faktoren Nationalität Religion und Kultur sind.“ (Richter&Wächter 2009).

Soviel zunächst zu dem, was im Begriff Nachbarschaft steckt. Der Zusammenhang von Nachbarschaft und Gesundheit ist damit aber noch nicht geklärt.

Nachbarschaft und Gesundheit

Die Tatsache, dass soziale Kontakte bestehen, reicht allein nicht aus, um Aussagen über die Wirkung von Nachbarschaft auf Wohlbefinden und Gesundheit zu machen. Auch wenn Menschen, die in Nachbarschaftsnetzwerken aktiv sind oder sich mit Gemeinwesenarbeit *und* Gesundheitsförderung beschäftigt haben, dies spontan und selbstverständlich bejahen würden, weil ihrer Einschätzung nach Nachbarschaften, die zum Engagement anregen, soziale Kontakte erleichtern, im Alltag oder auch im

Notfall Hilfe anbieten, das Wohlbefinden fördern und somit gesund sind. Geklärt werden muss jedoch noch, was im Einzelnen die Wirkung ausmacht. Im folgenden Zitat aus dem Interview mit der Leiterin eines Nachbarschaftszentrums wird dies der Existenz von *Bindung* zugeschrieben. Sie sagt: „Ich denke ganz allgemein kann man sagen, dass soziale Bindung eine der stabilsten Grundlagen für die psychische Gesundheit ist. Dass tragfähige soziale Bindungen vorhanden sind, dass es niedrigschwellige und vertraute Unterstützungsstrukturen gibt. Besonders in gesundheitlichen Krisen sind die Älteren, die bei uns besonders krank sind, darauf angewiesen und wenn es das nicht gibt, sind sie eben auch wirklich oft verloren.“ (Richter&Wächter 2009).

Für die Interviewpartnerin sind über den Beziehungsaspekt hinaus die Tragfähigkeit der Kontakte sowie die Mobilisierung oder auch das „Anstiften“ zum Engagement für andere wichtig. Sie lenkt den Blick damit auf die Bedeutung von Vertrauen in sozialen Beziehungen. Doch die Existenz intensiver Kontakte allein bewirkt eben noch keinen positiven Entwicklungshintergrund für Gesundheit und Wohlbefinden. Letztendlich erweist sich das *Vertrauen* in die nachbarschaftlichen Beziehungen als entscheidendes Kriterium für die Qualität der Kontakte. Durkheim hat dafür den Begriff *Soziale Kohäsion* geprägt und die folgende Definition verfasst.

Eine bestimmte Qualität und Dichte zwischenmenschlicher Beziehungen in überschaubaren sozialräumlichen Einheiten (Wohnviertel, Region), die durch gemeinsame Werte und Normen (Hilfsbereitschaft, wechselseitiges Vertrauen, Verfolgen kollektiver Ziele) gekennzeichnet ist. (E. Durkheim)

Vertrauensvolle Beziehungen sind sozusagen das Kapital oder auch das *Soziale Kapital*, in das alle gemeinsam investieren, um auch gemeinschaftlich zu profitieren. Es gibt damit gemeinsame Ziele, es sind gemeinsame Lernprozesse möglich sowie ein Austausch von Ressourcen, Wissen, Information, Hilfeleistung und Zugehörigkeit. Bezogen auf den Zusammenhang von Nachbarschaft und Gesundheit sind die drei folgenden Aspekte besonders einflussreich.

- Die subjektive Bedeutung, die dem nachbarschaftlichen Gefüge räumlich wie auch sozial zugesprochen wird.

- Der soziale Zusammenhalt und, in Abhängigkeit davon, das Ausmaß an sozialem Kapital, das als Ressource bei Belastungen, Problemlagen oder zur Alltagsbewältigung zur Verfügung steht.
- Die Organisationsform, in der dies transportiert wird - das Nachbarschaftsnetzwerk - das je nach sozialem Engagement mehr oder weniger tragen kann.

Überforderte Nachbarschaften

Die wesentlichen Faktoren sind benannt. Spätestens an dieser Stelle ist jedoch ein Realitäts-Check nötig, um nicht in eine statusneutrale Betrachtung von Nachbarschaft zu fallen, die an den Alltagsrealitäten vorbei führt, aus denen Bewohner/innen fliehen, sobald sie können. In überforderten Nachbarschaften verstärken sich Ausgrenzungsprozesse gegenseitig. Dort wird Heterogenität zu einem Problem, beispielsweise wenn die Wohnungswahl weniger freiwillig als erzwungen war, Bewohner/innen mit der Alltagsbewältigung überfordert sind oder die Nähe sozial unerwünschter Menschen als Zusatzbelastung zur eigenen Lebensproblematik sehen. Dort findet sich oft auch ein geringer Grad an Selbstorganisation. Es besteht ein Mangel an gegenseitigem Vertrauen und an Hilfsbereitschaft bei gleichzeitig hohem Hilfebedarf. Verstärkt werden diese Prozesse noch, wenn öffentliche Institutionen keine adäquaten, wirklich bedarfsgerechten Lösungen anbieten.

Was fördert, was hemmt Wohlbefinden und Gesundheit in Nachbarschaften?

Um herauszufinden, wie unter diesen schwierigen Bedingungen Prozesse in Gang gesetzt werden, die Zusammengehörigkeitsgefühl, Zugehörigkeit sowie gegenseitige Unterstützung stiften und damit Wohlbefinden und Gesundheit fördern, wurden in einer kleinen Studie Interviews mit Akteuren durchgeführt, die entweder ehrenamtlich oder auch hauptberuflich in Nachbarschaftsinitiativen und –institutionen engagiert sind. Es wurde dabei deutlich, welche Faktoren das Setting Nachbarschaft stärken und gesundheitsfördernd wirken können oder auch hemmen (vgl. Richter&Wächter 2009).

Die bereits diskutierten Aspekte vorab nochmals kurz zusammengefasst: Von den Wechselwirkungen zwischen Raum, sozialer Interaktion und Heterogenität ist es

abhängig, ob Nachbarschaften fördernd oder überfordernd sind. Wo sie auf einer Skala zwischen diesen beiden Polen einzuordnen sind, ist abhängig von der Größenordnung der Probleme im Wohnumfeld, der Zusammensetzung der Bewohnerschaft, der Struktur von Hilfesystemen, Architektur und Städtebau und, nicht zu vergessen, von der Möglichkeit des Vertrauens in nachbarschaftliche Beziehungen, dem sozialen Zusammenhalt als soziales Kapital.

Nachbarschaftsnetzwerke

Darauf bauen sowohl Hauptamtliche wie auch Bewohnerinitiativen im Wohnumfeld. Die Struktur, die sie dazu wählen, ist das Nachbarschaftsnetzwerk. Über Netzwerke wird all das transportiert, was als Bedarf und Bedürfnis der Netzwerkmitglieder besteht. Neben Alltagskommunikation und sozialem Zusammenhalt kann individueller Hilfebedarf schnell erkannt werden und Unterstützung über vorhandene Strukturen laufen. Eine Interviewpartnerin formulierte es so: „Das Merkmal dieser Unterstützung ist, dass sie unbürokratisch und einfach zu bekommen ist, dass in einem sozialen Netzwerk Aktivitäten gefördert werden, dass sie sich durch eine positive soziale Kontrolle auch positiv auswirken, dass sie Vernachlässigung, Passivität, Depression entgegenwirken. Und dass sie eben auch bei negativen Veränderungen in der Gesundheit, in den äußeren Lebensumständen, auch schnell regulierend eingreifen können. Weil jeder auf den Anderen achtet, weil überhaupt eine Beachtung stattfindet.“

Einen hohen Gewinn bringen (gut funktionierende) Nachbarschaftsnetzwerke nach den Aussagen der Interviewten insbesondere für Ältere. Bei Krankheit ermöglichen schnell erkannter Hilfebedarf und unmittelbar erbrachte Unterstützungsleistungen ein schnelles Zurückkehren in die Gemeinschaft. Ohne diese Möglichkeit erwarten sie dagegen lange Krankenhausaufenthalte, die zum Verlust von Fähigkeiten zur selbständigen Lebensführung führen, denn für langwierige Organisation von Hilfen im heimischen Kontext ist meist keine Zeit.

Das allein reicht aber nicht aus, um die positive Wirkung von Nachbarschaftsnetzwerken zu erklären. Aus Hilfebedarf erwächst nicht automatisch Unterstützung und von der Vernetzung profitieren nicht nur die Empfänger von Unterstützung, sondern auch diejenigen, die sie leisten. Der Psychiater Klaus Dörner hat dies als „Gewinn durch einen Zuwachs an Bedeutung für andere“ bezeichnet. In

der Gesundheitsförderung spricht man von der salutogenen Wirkung durch Zuwachs an Sinnhaftigkeit und Bedeutsamkeit (Kohärenzgefühl).

Nachbarschaft als Setting

Die Gesundheitsförderung hat für Lebenswelten wie Nachbarschaft, Stadtteil oder auch Familie und Schule den Begriff des „Settings“ geprägt, mit dem ein spezielles Verständnis des Zusammenhangs von Lebenswelt und Gesundheit verbunden ist. Danach reicht es nicht aus, Verhaltensänderungen zu fordern oder Informationen über gesundheitsförderndes Verhalten zu streuen. Angebote brauchen auch eine Struktur, über die der Zugang zu den Menschen möglich ist. Handelt man nach diesem Ansatz, dann sind die strukturellen Bedingungen im Setting Nachbarschaft für den Gesundheitsstatus der Bewohner/innen mindestens ebenso wichtig wie ihr gesundheitsbezogenes Wissen und Verhalten. Was damit gemeint ist, lässt sich am Beispiel „Alltagsbewegung bei Älteren“ verdeutlichen. Sie kann sich unter günstigen Bedingungen entscheidend auf ihre gesamte Gesundheitssituation auswirken. Es reicht jedoch nicht aus, ältere Menschen zu informieren, wie wichtig alltägliche Bewegung ist und sie dazu aufzufordern. Die Rahmenbedingungen im Alltag sind mindestens ebenso wichtig wie Gesundheitsverhalten und –wissen. Sie müssen untersucht und gegebenenfalls verändert werden, eventuell muss man auch die älteren Bewohner/innen direkt danach befragen. Wie fühlen sich Ältere in typischen, wiederkehrenden Alltagssituationen? Welchen Einfluss hat die Verkehrssituation? Wie ist es beim Einkaufen? Gibt es Bänke oder andere einladende Sitzplätze, auf denen sie kurz ausruhen können? Werden diese Plätze von anderen Gruppen in Anspruch genommen, kann man da vermitteln? Gibt es attraktive Plätze, die sich als Treffpunkte eignen? Das Konzept von Nachbarschaft als Setting betont über die Fokussierung auf „Verhalten und Verhältnisse“ die Notwendigkeit der Beteiligung aller Bewohnerinnen und bietet dafür den richtigen Rahmen. Es hilft dabei, die erforderlichen Maßnahmen zu erfassen, strukturiert zu planen und mögliche Kooperationspartner zu finden.

Fördernde Faktoren

Nachbarschaftsnetzwerke entstehen wie auch Netzwerke generell über Gemeinsamkeiten. Das können gemeinsame Problemlagen sein. In Wohngebieten

mit hohen sozialer Problematik scheinen jedoch positive Anlässe („Freude“) und gemeinsame Aufgaben und Ziele mehr Motivation zu entfalten als problematische Situationen (wie z.B. Vermüllung des Umfelds). Das Beispiel einer Bewohnerinitiative aus einem Wohngebiet mit schwacher Infrastruktur in einer niedersächsischen Kleinstadt zeigt die Dynamik positiver Interaktionen. Ausgangspunkt für die Gründung der Initiative war der Wunsch von Kindern nach einem Flohmarkt. Daraus entstanden aus der Bewohnerschaft heraus, d. h. ohne Anstoß von außen, in den folgenden Jahren mehrere Standorte mit verschiedensten Projekten. Mittlerweile wird Hausaufgabenhilfe geleistet und es werden Sprach- und Computerkurse und regelmäßige Feste organisiert, es gibt ein Sozialkaufhaus und eine Gruppe, die regelmäßig die Außenanlagen pflegt. Zur Organisation des Ganzen hat sich ein Verein gegründet, der selbstbewusst für die eigene Anlage eintritt.

Prozesse wie dieser laufen nicht von allein, sondern erfordern Ressourcen. Zeit, Engagement von Schlüsselpersonen und auch finanzielle Mittel, so lautet der Konsens der Interviewten, sind unverzichtbar. Darüber hinaus nennen sie folgende weitere Aspekte.

- Kommunikative und soziale Strukturen in Nachbarschaftsnetzwerken erfordern besondere Aufmerksamkeit. Sie müssen gepflegt und regelmäßig erneuert werden und dabei Ausgrenzung und Homogenität ebenso verhindern wie das Entstehen von unvereinbaren Gegensätzen zwischen „community“ und Netzwerk (z. B. im Fall von Migrantinnen).
- Des Weiteren braucht man vermittelnde Personen und Situationen und eine unproblematische Verfügung über öffentliche Räume.
- Erfolge müssen nach außen dargestellt werden, weil sie das Netzwerk interessant machen und weitere Mitglieder anziehen.
- Alle Interviewpartner betonen, dass Konkurrenz untereinander, aber auch mit anderen Ehrenamtlichen oder professionell etablierten Institutionen zu den größten Risiken für die Arbeit in Nachbarschaftsnetzwerken gehört.
- Kleinere Projekte zu verwirklichen, erfordert die unproblematische Verfügbarkeit über finanzielle Mittel zumindest in geringem Umfang.
- Um Nachbarschaftsnetzwerke von außen zu initiieren und zu erhalten, ist eine hohe Methodenkompetenz zur Verwirklichung der Prinzipien Empowerment, Partizipation und Niedrigschwelligkeit nötig.

Gesundheitsförderliche Lebensbedingungen in der Nachbarschaft

Gebaute Umwelt und städtebauliche Maßnahmen allein können im Menschen keinen ausgeprägten Gemeinschaftssinn stimulieren und die Qualität der sozialen Kontakte nicht positiv beeinflussen. Aber sie können einen erheblichen Teil zu den Rahmenbedingungen beitragen, die Grundlagen für diese Qualität bilden. Erforderlich sind darüber hinaus Angebote, die Bewohnen/innen selbst für wertvoll halten, auch wenn es sich aus Sicht Externer „bloß“ um ein bisschen Freude im Alltag handelt. Beides muss mit einer weitreichenden partizipativen Kultur gekoppelt werden, die vielerorts erst entwickelt werden muss. Eine Kultur, in der Beteiligung in der tiefen Überzeugung wurzelt, dass alle Menschen fähig sind, ihre eigenen Lösungen zu finden. Dies erfordert auch Investitionen in Personal und Weiterbildung. Dringend brauchen wir dazu eine gesundheitsförderliche Gesamtpolitik auf allen Ebenen, die sich nicht auf die mantrahaft verkündete Forderung nach mehr Eigenverantwortung beschränkt, sondern auch den Rahmen für ein gesundheitsförderliches Verhalten schafft.

Quellen:

Der Beitrag und auch die Literaturangaben beruhen weitgehend auf der Expertise von:

Richter, Antje & Wächter, Marcus: Zum Zusammenhang von Nachbarschaft und Gesundheit. Reihe Forschung und Praxis der Gesundheitsförderung, Band 36. Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung. Köln 2009. Download unter:

<http://www.bzga.de/bigpix.php?id=e24866761688775ef13bf91ec6876ed5&w=514&h=700>

Hamm, Bernd: „Nachbarschaft“. In: Häußermann, Hartmut (Hrsg.): Großstadt. Soziologische Stichworte. Opladen, S. 172-181. 1998.

Siegrist, Johannes, Dragano, Nico, von dem Knesebeck, Olaf in: Richter, Matthias, Hurrelmann, Klaus: Gesundheitliche Ungleichheit, Grundlagen, Probleme, Konzepte. Wiesbaden 2006.