



Plaza Interiors, UK

Behaglich: Gemütliche Unterkünfte erhöhen das Wohlbefinden der Seeleute

Gutes Design beeinflusst das Wohlbefinden von Seeleuten

Besser Wohnen – Besser Arbeiten

Seeleute sind heute vielen Umweltbelastungen, nicht nur durch Lärm aus dem Maschinenraum, sondern häufig auch durch die Arbeit mit Fracht, technischen Einrichtungen oder Reparaturen an Bord ausgesetzt. Mannschaftsunterkünfte liegen überdies meist in den unteren Schiffsbereichen, wo die Lärmbelastung besonders groß ist. Aktuelle Studien gehen davon aus, dass schon durchschnittliche Lärmbelastungen psychische, soziale und körperliche Auswirkungen haben können, die zu Schlafstörungen, Erschöpfung, Stress und Demotivation führen.

Die Anforderungen an Seeleute – u.a. bedingt durch viele anspruchsvolle technische Einrichtungen an Bord – sind in den vergangenen Jahren stetig gestiegen. Besonders Marinesoldaten sind durch ihre langen internationalen Einsätze zusätzlich belastet, müssen aber trotzdem alle Bordsysteme optimal bedienen.

Betrachtet man Studien hierzu, so haben insbesondere die Bereiche Qualität der Unterbringung, Lärmpegel, Lichtverhältnisse sowie Ästhetik und Umgebung Verbesserungspotenzial. Gerade an Bord von Schiffen, wo viele Menschen auf engstem Raum leben und arbeiten und Arbeit und Freizeit miteinander verschmelzen, kann eine Verbesserung schwieriger Licht- und Umweltverhältnisse viel bewirken.

Bereits mit einfachen Mitteln kann einiges erreicht werden: Eine Überprüfung der Schlafräume mit speziellen Schallgutachten hilft beispielsweise, die beste und

effizienteste Dämmung zu finden, damit kein Lärm den wichtigen Schlaf stört. Spezielle Abtrennungen in Arbeitsbereichen können für mehr Ruhe sorgen, denn hohe Lärmpegel belasten die sozialen Kontakte und behindern die Kommunikation.

Licht für aufgeweckte Köpfe

Ein wichtiges Thema sind die Lichtverhältnisse an Bord. Wohlfühlen ist ein sehr individuelles Gefühl und auch Licht wird individuell wahrgenommen. Einer braucht viel Helligkeit, der andere mag moderate Lichtverhältnisse. Unter Deck gibt es kaum Tageslicht, was zur so genannten Winterdepression führen kann.

„Im Bereich der Lichttechnik gibt es inzwischen viele individuelle Gestaltungsmöglichkeiten“, sagt der Leiter der Kaefer-Shipbuilding Division Heiko Habedank. „Da die Lichtempfindung sehr unterschiedlich ist, könnte man dimmbare Lampen einbauen und besonders in Arbeitsbereichen Tageslichtlampen einplanen oder insgesamt für mehr natürliches Licht sorgen“, schlägt er vor. Mehr Privatsphäre könnte auch über das Licht für eine Trennung unterschiedlicher Bereiche sorgen. „Kaefer bietet mit AMBIMAR ein Beleuchtungssystem, das sich durch einfache Installation auszeichnet und zudem gerade die persönlichen Einstellungen der Lichtverhältnisse berücksichtigt.“

Crew accommodation – Influence of design on the well-being of seafarers

Seafarers have to bear huge environmental impact, because various factors influence health, motivation and performance. Even average noise exposure can lead to serious psychological, social and physical consequences which lead to sleep disorders, fatigue, stress and demotivation. Recent studies set attention to "quality of accommodation, lighting conditions, esthetics and ambiance" and found out an important relevance concerning stress, motivation and health.

In order to offer a healthy atmosphere, disturbances must be realized. Only small changes can have huge effects without being expensive and laborious. In comparison to e.g. investments for improvements of technical equipment on board the costs for new crew accommodations are rather low. These, however, can improve health, intrinsic motivation, prevent accidents and achieve a more successful result so that a win-win-situation on both sides can be reached. Kaefer would like to support you with planning and research of noise, room and light conditions.

Verbesserte Mannschaftsunterkünfte

Eine weitere große Rolle spielt auch die räumliche Enge auf Schiffen: Seeleute sind in ihrer Bewegungsmöglichkeit stark eingeschränkt und Mannschaftsunterkünfte, deren Ausstattung meist keine große Aufmerksamkeit erfährt, verstärken diese Problematik. Die Kabinen sind lieblos und funktionell gestaltet. Es gibt wenige Aufenthaltsmöglichkeiten, die zudem oft als Lagerbereiche zweckentfremdet oder von Rauchern und Nichtraucher gleichermaßen genutzt werden. Dunkle Farben, wenig Dekoration, keine Unterscheidung zwischen Arbeit- und Freizeitbereich, das alles hat großen Einfluss auf Stimmung, Motivation und Zufriedenheit der Mannschaften.

Da vielfach keine Trennung zwischen Freizeit und Arbeit besteht, häufig Schichten gearbeitet werden müssen und teilweise lange Dienste anstehen, ist die Arbeit

an Bord wesentlich stärker belastet als an Land. Auch soziale Kontakte sind nicht in dem Maß gewährleistet, wie im normalen Alltag. Man geht nicht abends nach Hause zur Familie oder kann am Wochenende Freunde treffen, Sport treiben oder einen Ausflug machen. An Bord gibt es noch dazu wenig Gelegenheit zu telefonieren und auch Internetverbindungen sind teuer und nicht jederzeit verfügbar.

„All dieses führt zu einer starken Einschränkung der persönlichen Freiheit. Daraus können dann eine geringere Motivation bei Aktivitäten, Leistungsminderung sowie chronische Einsamkeit resultieren, die wiederum Angstzustände oder Aggression hervorrufen kann“ bestätigt die Firmen- und Kommunikationstrainerin Susanne Päpper (www.trapro.de).

„Besonders fehlende oder bestehende Sozialkontakte haben großen Einfluss auf die mentale und physische Gesundheit und beeinträchtigen die Arbeit stark.“



Foto: Kaefer

Verwandlung: Schon eine veränderte Beleuchtung sorgt für angenehme Atmosphäre

Eine gute Planung in der Ausgestaltung der Unterkünfte ist daher sinnvoll. Durch unterschiedliche Farbgestaltung können Räume optisch getrennt werden. Die Gestaltung der Mannschaftskabinen, die selten genügend Privatsphäre bieten, kann farblich angenehm, mit hellen Möbeln und Möglichkeiten zur Personalisierung erfolgen. Weiterhin sollten klare Trennungen der Bereiche Arbeit und Freizeit eingehalten werden.

Kleine Änderungen – große Wirkung

Um der Mannschaft eine gesunde und fördernde Atmosphäre zu bieten, ist es erforderlich, sich dieser Probleme und Störungen bewusst zu werden. Auch ohne teuer und aufwändig zu sein, bringen schon kleine Änderungen große Erfolge. Im Vergleich zu den Investitionen in andere technische Einrichtungen an Bord, sind die Kosten für die Verbesserung der Mannschaftsunterkünfte eher gering, können aber die Gesundheit verbessern, die Motivation und das Engagement steigern, Unfälle verhindern sowie Krankheitstage reduzieren, so dass eine Win-Win-Situation auf beiden Seiten entsteht. Die Kaefer Schiffsausbau GmbH ist bei Umgestaltungswünschen sowie Planung und Untersuchung von Schall-, Raum- und Lichtverhältnissen ein kompetenter Partner.

www.kaefer.com



Arbeitsplatz: Funktional und ästhetisch