

DER IKEA LIFE AT HOME REPORT 2022

Von einem zu deinem Zuhause

Januar 2023



ÜBER DEN LIFE AT HOME REPORT 2022

Mit dem Life at Home Report nehmen wir jedes Jahr unter die Lupe, **was das Leben zu Hause für Menschen auf der ganzen Welt ausmacht**. Wir möchten herausfinden, was wir bei IKEA dazu beitragen können, um das Zuhause zum schönsten Ort der Welt zu machen.

Für den **Life at Home Report 2022** wurden Menschen in Deutschland, Indien, Japan, Großbritannien und in den USA zu Hause besucht. Außerdem wurde eine Befragung mit mehr als 37.000 Teilnehmer*innen in 37 Ländern durchgeführt, um herauszufinden, **wie wir das Zuhause, in dem wir leben, zu unserem Zuhause machen können**.



Tomohiro (Japan)



Marqus (USA)



Karin (Deutschland)



Mehek (Indien)



Abi (Großbritannien)

ZUSAMMENFASSUNG DER ERGEBNISSE

Das Zuhause ist ein Ort, an dem wir uns ganz wie wir selbst fühlen können

In Zeiten großer Unsicherheit wenden wir uns wieder mehr unserem Zuhause als Ort des Komforts und der Sicherheit zu.

Etwa

4 von 10

Personen haben im Vergleich zum letzten Jahr ein positiveres Bild von ihrem Zuhause, obwohl sie sich Sorgen um die Wirtschaft, ihre Finanzen und die Auswirkungen des Klimawandels machen.

Nur etwa

1 von 10

Personen gab an, dass er oder sie dem eigenen Zuhause gegenüber negativer eingestellt ist.

Wir fühlen uns in unserem Zuhause wohler, wenn es unsere Persönlichkeit widerspiegelt.

Ob wir uns in unserem Zuhause optimal repräsentiert fühlen, wird durch die Dinge geprägt, die wir besitzen, wie wir den Platz nutzen, der uns zur Verfügung steht, und mit wem wir die eigenen vier Wände teilen. All das führt aber häufig auch zu Spannungen in unserem Zuhause.

Heute haben nur

6 von 10

Personen das Gefühl, dass ihr Zuhause zeigt, wer sie wirklich sind. Bei jungen Menschen ist es nur **die Hälfte** der Befragten.

Wir bei IKEA glauben, dass das nicht genug ist. Keine*r von uns sollte sich im eigenen Zuhause fehl am Platz fühlen. Lasst uns gemeinsam Lösungen finden, die Stress reduzieren und die verschiedenen Arten, wie wir zu Hause leben, feiern – damit wir uns alle wie wir selbst fühlen können, wenn wir die Tür zu unserem Zuhause öffnen.



INHALTSVERZEICHNIS

Die Top 10 der weltweiten Ergebnisse	05
Die Top 10 der Ergebnisse in Deutschland	06
Interessante Ergebnisse aus aller Welt	07
01: Was gibt uns das Gefühl, zu Hause zu sein?	08
02: Ein Zuhause schaffen, das uns widerspiegelt	10
03: Die Kraft unserer geliebten Gegenstände	13
04: Räumen einen Sinn geben	16
Fazit	19

Die Top 10 der weltweiten Ergebnisse

Wer das Gefühl hat, dass das Zuhause die eigene Persönlichkeit widerspiegelt, empfindet die eigenen vier Wände **1,5 Mal** häufiger positiv.

Aber nur

58%

haben das Gefühl, dass ihr Zuhause wirklich zeigt, wer sie sind. Bei jungen Menschen sind es nur **51%**.

Was zu Hause am meisten für **Frustr** sorgt:

- ▶ Ein unordentliches oder unsauberes Zuhause
- ▶ Haushaltspflichten erledigen zu müssen
- ▶ Zu viele Dinge zu besitzen, die keinen festen Platz haben

23%

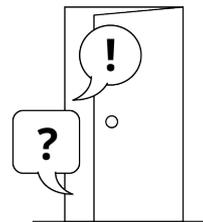
der Menschen haben schon einmal vorgegeben, Pläne zu haben, weil sie lieber zu Hause bleiben wollten.

Was dazu beiträgt, dass Menschen das Gefühl haben, ihr Zuhause spiegelt sie wieder:

- ▶ **42%** sagen, es sind Dinge, die sie selbst gekauft haben
- ▶ **40%** sagen, es ist genügend Platz für ihre Bedürfnisse und Interessen
- ▶ **32%** sagen, es sind Erinnerungsstücke
- ▶ **32%** sagen, es sind die Menschen, mit denen sie zusammenleben

Nur **41%**

stimmen zu, dass ihr Zuhause allen Bewohner*innen Privatsphäre bietet. Bei Menschen, die in Miete wohnen, sind es nur **31%**.



89%

der Menschen sagen, dass es wichtig ist, sich zu Hause wohl zu fühlen, aber nur **56%** fühlen sich auch wirklich wohl zu Hause. Bei Hausbesitzer*innen sind es **60%**.

48%

der Menschen sagen, dass sie das Gefühl haben, dass die Medien häufig nicht zeigen, wie sie zu Hause wirklich leben.



37%

haben ein positiveres Bild von ihrem Zuhause als zum selben Zeitpunkt im letzten Jahr.

Die drei größten Sorgen der Menschen:

- ▶ Die Wirtschaft (**66%**)
- ▶ Ihre Finanzen (**61%**)
- ▶ Der Klimawandel (**56%**)

43%

erwarten, dass ihre Hobbies und Interessen außerhalb ihres Zuhause am meisten leiden werden, wenn die Lebenshaltungskosten deutlich steigen.



Nur **8%**

interessiert es, was andere Menschen darüber denken, wie sie ihr Leben zu Hause führen.

Die Top 10 der Ergebnisse in Deutschland

Wer das Gefühl hat, dass das Zuhause die eigene Persönlichkeit widerspiegelt, sieht die eigenen vier Wände **zwei Mal** häufiger positiv.

Aber nur

55%

haben das Gefühl, dass ihr Zuhause wirklich zeigt, wer sie sind. Bei jungen Menschen sind es nur **43%**.

Was zu Hause am meisten für **Frustr** sorgt:

- ▶ Haushaltspflichten erledigen zu müssen
- ▶ Keinen Platz für die eigenen Sachen zu haben
- ▶ Ein unordentliches oder unsauberes Zuhause

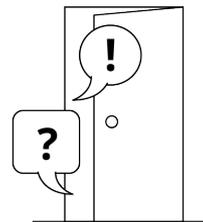
18%

der Menschen haben schon einmal vorgegeben, Pläne zu haben, weil sie lieber zu Hause bleiben wollten.

Nur

30%

stimmen zu, dass ihr Zuhause allen Bewohner*innen Privatsphäre bietet.



Was dazu beiträgt, dass Menschen das Gefühl haben, ihr Zuhause spiegelt sie wieder:

- ▶ **37%** sagen, es ist genügend Platz für ihre Bedürfnisse und Interessen
- ▶ **35%** sagen, es sind Dinge, die sie selbst gekauft haben
- ▶ **31%** sagen, es sind Erinnerungsstücke
- ▶ **30%** sagen, es sind Dinge, die sie selbst gemacht haben

84%

der Menschen sagen, dass es wichtig ist, sich zu Hause wohl zu fühlen, aber nur **51%** fühlen sich auch wirklich wohl zu Hause. Bei Hausbesitzer*innen sind es **61%**.

47%

der Menschen sagen, dass sie das Gefühl haben, dass die Medien häufig nicht zeigen, wie sie zu Hause wirklich leben.



28%

haben ein positiveres Bild von ihrem Zuhause als zum selben Zeitpunkt im letzten Jahr.

Die drei größten Sorgen der Menschen:

- ▶ Die Wirtschaft (**62%**)
- ▶ Der Klimawandel (**56%**)
- ▶ Ihre Finanzen (**49%**)

37%

erwarten, dass ihre Hobbies und Interessen außerhalb ihres Zuhauses am meisten leiden werden, wenn die Lebenshaltungskosten deutlich steigen.



Nur

4%

interessiert es, was andere Menschen darüber denken, wie sie ihr Leben zu Hause führen.

Interessante Ergebnisse aus aller Welt



Marqus und seine Frau Eva mit ihrem Hund Carrie (USA)

71%

der Menschen in Litauen sehen ihr Leben zu Hause in den Medien nicht realistisch repräsentiert. In der Slowakei sind es nur **18%**.

69%

der Menschen in Malaysia und auf den Philippinen haben das Gefühl, dass ihr Zuhause sie widerspiegelt. In Großbritannien sind es nur **51%**, in Japan **37%** und in der Slowakei **23%**.

Nur

8%

interessiert es, was andere Menschen darüber denken, wie sie ihr Leben zu Hause führen. In Thailand sind es **17%**, in Estland **17%** und in Estland sogar nur **3%**.



Mehr als

1 von 10

Befragten hat in den letzten 12 Monaten mit den eigenen Pflanzen gesprochen. In Indien sind es **1 von 4**.

72%

der Menschen in Japan sehen ihr Zuhause als den Ort an, der Ihnen am meisten Freude bereitet. Spanien liegt mit nur **43%** am anderen Ende der Skala.

54%

sind weltweit der Meinung, dass das wichtigste am Zuhause ist, dass man sich dort entspannen und erholen kann. Dies ist den Menschen in Japan am wichtigsten (**66%**), aber am wenigsten wichtig für Menschen in Indien (**22%**).

59%

der Menschen in Thailand sagen, dass ihr Zuhause der Ort ist, an dem sie sich am wohlsten fühlen – das höchste Ergebnis in allen befragten Ländern. In Südkorea sind es dagegen mit nur **29%** am wenigsten.

Nur

1 von 5

Befragten weltweit ist der Meinung, dass das eigene Zuhause ihn oder sie darin unterstützt, nachhaltig zu leben. In den Ländern waren die Antworten sehr unterschiedlich: Auf den Philippinen waren **34%** dieser Meinung, in Großbritannien nur **10%** und in Dänemark sogar nur **8%**.

KAPITEL 01:

Was gibt uns das Gefühl, zu Hause zu sein?



Home, sweet home

Seit vielen Jahren untersucht der Life at Home Report, was das Gefühl von Zuhause ausmacht.

Es zeigt sich, dass unabhängig davon, wo und wie wir leben, alles auf die gleichen wesentlichen Grundzutaten hinausläuft: eine großzügige Portion **Sicherheit** und **Komfort**, das Gefühl von **Zugehörigkeit** und ein gesundes Maß an **Privatsphäre**.

Aber die Bedürfnisse ändern sich und der neuste Report hat zwei weitere "Must-haves" aufgedeckt. Als die Pandemie unser Leben aus den Angeln gehoben hat, erwarteten wir von unserem Zuhause noch mehr. **Freude und Erfolg** wurden zu neuen Bedürfnissen, die unser Zuhause erfüllen soll.

Wir fühlen uns wohl, wenn unser Zuhause uns den Raum bietet, Aktivitäten nachzugehen, die uns wichtig sind, Gespräche zu führen und unseren Leidenschaften nachzugehen.

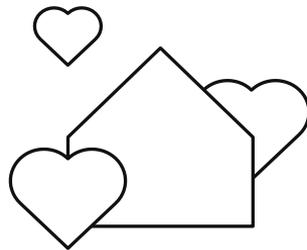
9 von 10

Befragten sagen, dass es wichtig ist, sich zu Hause wohl zu fühlen, aber nur **5 von 10** erreichen das auch. Bei Hausbesitzer*innen sind es **8 von 10**.

Im Vergleich zu allen anderen Altersgruppen geben ältere Menschen am ehesten an, dass sie selbst bestimmen können, wie ihr Zuhause organisiert ist und aussieht.

Für die jüngsten und ältesten Altersgruppen ist Freude das Wichtigste zu Hause (**88%**). Die Älteren erreichen das zu Hause am besten.

In unserem Zuhause fühlen wir uns frei, unsere wundervolle und verrückte Seite zu zeigen. Viele von uns sehen ihr Zuhause positiver als im letzten Jahr, sind aber auch realistisch. Wir wissen, dass es nicht immer perfekt ist. Wenn wir uns unser ideales Zuhause vorstellen, stellen wir uns einen Ort vor, der unserem Bedürfnis nach Erfüllung und Freude gerecht wird.



Die Menschen, mit denen wir zusammenleben und die Orte, an denen wir leben, haben einen großen Einfluss darauf, ob unser Zuhause unseren Bedürfnissen gerecht wird oder nicht.

Ungefähr

1 von 10

Befragten gehen davon aus, dass die aktuellen Herausforderungen in der Welt negative Auswirkungen auf ihre Familienplanung haben wird.

21%

gehen davon aus, dass die Sicherheit ihres Arbeitsplatzes beeinträchtigt wird.

Ungefähr

1 von 4

Personen gibt zu, im letzten Jahr zu Hause wo anders als im eigenen Bett geschlafen zu haben.

1 von 5

Personen hat sich zu Hause einsam gefühlt. Bei den Alleinerziehenden sind es sogar mehr als **1 von 4** Personen.



Karin (Deutschland)

KAPITEL 02:

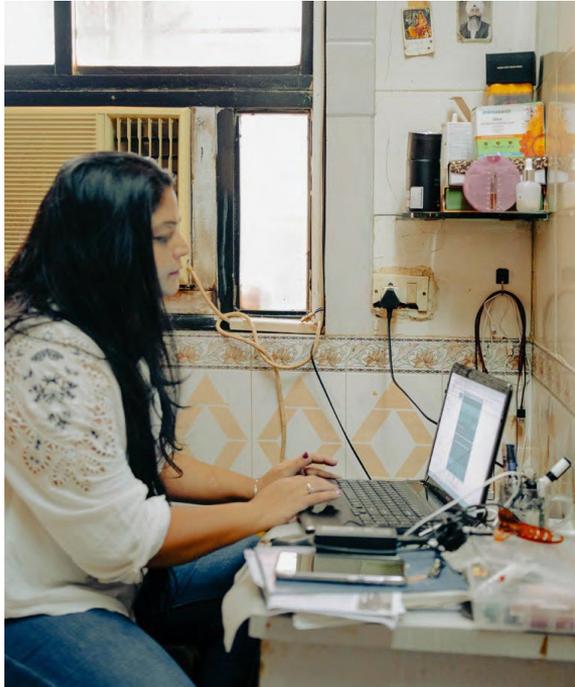
Ein Zuhause schaffen, das uns widerspiegelt



Tomohiro (Japan)

Ein Zuhause, das zu uns passt, tut uns auch mental gut

Wer wir sind und wo wir leben, bestimmt, wie sehr unser Zuhause uns widerspiegelt.



Mehek (Indien)

Im besten Fall ist das Zuhause ein Spiegel unserer Selbst und tut uns gut. Denn diejenigen, die sagen, dass ihr Zuhause sie widerspiegelt, stimmen mit fast **doppelt** so hoher Wahrscheinlichkeit auch zu, dass es für sie eine Quelle für positives mentales Wohlbefinden ist.

52%

der Menschen, die der Meinung sind, dass ihr Zuhause zu ihnen passt, glauben, dass ihr Zuhause auch ihr mentales Wohlbefinden unterstützt. Bei denjenigen, die nicht der Meinung sind, dass ihr Zuhause zu ihnen passt, sind es nur **30%**.

Ob wir das Gefühl haben, dass unser Zuhause zu uns passt, wird durch die Dinge geprägt, die wir besitzen, wie wir den Platz nutzen, den wir haben, und mit wem wir die eigenen vier Wände teilen.

Nur etwa

6 von 10

Personen sagen, dass ihr Zuhause ein Spiegelbild ihrer Persönlichkeit ist.

63%

der Menschen mit hohem Einkommen haben das Gefühl, dass ihr Zuhause zu ihnen passt. Bei Menschen mit niedrigem Einkommen sind es nur **56%**.

62%

der Frauen haben das Gefühl, dass ihr Zuhause zu ihnen passt, aber nur **54%** der Männer.

62%

der Eigenheimbesitzer*innen sagen, dass ihr Zuhause zu ihnen passt. Bei Mieter*innen sind es nur **42 %**.

Nur

die Hälfte

der jungen Menschen hat das Gefühl, dass ihr Zuhause zu ihnen passt. Bei den über 55-Jährigen sind es fast **zwei Drittel**.

Inspiration durch echte Menschen und das echte Leben zu Hause

Wie können wir ein Zuhause schaffen, das uns widerspiegelt, unabhängig von unserer Lebenssituation und unserem Geldbeutel?

Es kann schwierig sein, Inspiration zu finden, insbesondere wenn das echte Zuhause in den Medien nicht wirklich gezeigt wird. Dort wird oft nur das Zuhause dargestellt, das die Gesellschaft als „ideal“ ansieht.

Um Veränderungen in unserem Zuhause angehen zu können, müssen wir erst einmal wissen, was überhaupt möglich ist. Deshalb suchen viele nach Inspiration und wenden sich zunächst an die Menschen, die sie kennen und denen sie vertrauen.

Mehr als

1 von 4

Befragten gab an, dass er oder sie keine der gängigen Medien nutzt, um sich für das eigene Zuhause inspirieren zu lassen.

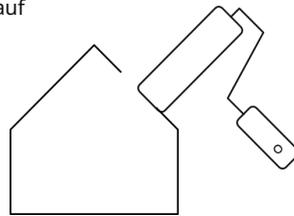
Wenn sie dort doch nach Inspiration suchen, motiviert sie vor allem, zu sehen, was echte Menschen erreicht haben.

Menschen fühlen sich am meisten inspiriert durch:

1. **Renovierungssendungen im Fernsehen (24%)**
2. **Den Besuch von Einrichtungshäusern (22%)**
3. **Das Zuhause von Freund*innen (19%)**

Ältere Menschen fühlen sich mehr durch Home-Makeovers im Fernsehen, den Besuch von Einrichtungshäusern und durch Magazine inspiriert.

Jüngere Menschen lassen sich eher durch das Zuhause ihrer Nachbar*innen und Freund*innen inspirieren oder suchen Anregungen auf Social Media.



IM GESPRÄCH MIT SIETSKE GERLA

Wie kann Interior Design dabei helfen, die Persönlichkeit zu Hause auszudrücken?

Sietske Gerla, Interior Design Managerin bei IKEA, erklärt, wie wir durch einen roten Faden unseren eigenen Style für das Zuhause finden können.



“Ich sehe Interior Design als etwas, womit wir Platz für die Dinge schaffen, die wir lieben und die uns glücklich machen. Wenn unser Zuhause unsere Persönlichkeit widerspiegelt, sind wir glücklicher, weil wir das Gefühl haben, dass wir die Dinge tun können, die uns wichtig sind.

Wenn wir du nicht weißt, welcher Interior Design Stil zu dir passt, dann hilft folgendes: Suche ein paar Dinge zusammen, die dir viel bedeuten und schau dir an, ob sie etwas verbindet. Vielleicht ist es eine bestimmte Farbpalette oder sie sind alle mit der Natur verbunden. Dann frage dich: Ist das etwas, was mich schon immer angesprochen hat oder gefällt es mir nur, weil es trendy ist?

Bei Interior Design empfehle ich, langfristig zu denken, und nicht nur auf das zu setzen, was gerade im Trend ist. Das drückt die eigene Persönlichkeit besser aus und ist kostenbewusster.

Es gibt außerdem ein paar einfache und preiswerte Tricks, mit denen wir unsere Einrichtung an die verschiedenen Jahreszeiten und Feste anpassen können. Meterware von Stoffen zu kaufen bietet zum Beispiel viele kreative Möglichkeiten, das Zuhause zu verändern!”

KAPITEL 03:

Die Kraft unserer geliebten Gegenstände



Dinge, die uns zu Hause glücklich machen

So gern wir die Menschen und Tiere, mit denen wir zusammenleben, auch haben, machen doch auch die Gegenstände in unserem Zuhause aus, ob unser Zuhause zu uns passt.

42%

der Menschen sagen, dass es die Dinge sind, die sie sich selbst gekauft haben, die ausmachen, ob ihr Zuhause ihre Persönlichkeit widerspiegelt. Nur **32%** gaben an, dass es die Menschen sind, mit denen sie zusammenleben.

Gerade für Menschen, die alleine, mit ihrer Familie oder mit Mitbewohner*innen zusammenleben, gilt das. Für Menschen, die mit ihrem Partner oder ihrer Partnerin und ihren Kindern zusammenleben, stehen die Mitmenschen mehr im Vordergrund.

Fast **jeder Dritte** sagt, dass Erinnerungstücke wichtig sind, damit sich unser Zuhause wie ein Zuhause anfühlt. Wenn wir unsere Schätze präsentieren, stellen sie eine Verbindung zu den Kulturen, Gemeinschaften, Erlebnissen und Traditionen her, auf die wir stolz sind.



Wenn man bedenkt, dass unser Besitz unsere Persönlichkeit ausdrückt, scheint es gar nicht mehr so verwunderlich, dass **1 von 20** Personen zugab, im letzten Jahr schon einmal die Schubladen oder Schränke von anderen Menschen durchsucht zu haben, ohne es ihnen zu sagen.

Die Dinge in unserem Zuhause können aber auch ein Grund für Spannungen sein.

4 von 5

Personen sind regelmäßig frustriert wegen der Dinge in ihrem Zuhause. Zu viel „Zeug“ ist eines der größten Probleme. Unordnung macht Putzen zu einer Herausforderung und hemmt uns in unserer Selbstentfaltung zu Hause.

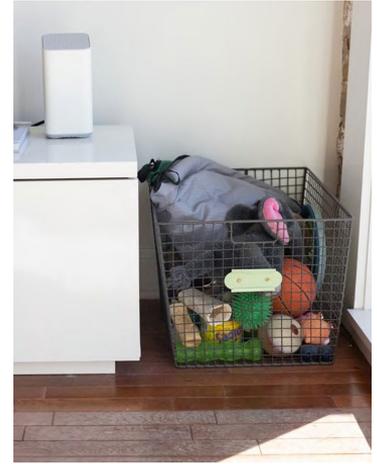
Was zu Hause am häufigsten zu Frustration führt:

1. **Ein unsauberes und unordentliches Zuhause (25%)**
2. **Haushaltspflichten (23%)**
3. **Zu viele Dinge ohne einen festen Platz (21%)**
4. **Keinen Platz, um Dinge zu verstauen (19%)**
5. **Unterschiedliche Ansichten davon, was „Unordnung“ ist (17%)**

Für Frauen sind Haushaltspflichten mit

56%

einer der größten Frustrationsauslöser.



Das Problem von Unordnung ist universell, aber die Ursachen und Lösungen sind unterschiedlich. Manche von uns wollen, dass ihr Zuhause einfach nur gut aussieht. Einige wünschen sich mehr Stauraum. Andere stammen aus Kulturen, in denen ein Leben lang Gegenstände gesammelt werden. Es gibt kein Patentrezept, um die immer wiederkehrende Unordnung zu erklären und zu lösen.

IM GESPRÄCH MIT JOSEPH R. FERRARI

Warum fällt es uns so schwer, unser Zuhause zu entrümpeln?

Diakon Joseph R. Ferrari, PhD, ist Professor der Psychologie an der DePaul Universität in Chicago und erklärt, wie wir uns der Herausforderung stellen können, Unordnung zu beseitigen.

“Es dreht sich alles um unsere Wahrnehmung. Unsere Wahrnehmung der Menge der Dinge beeinflusst, wie wir ausmisten.



Viele Menschen fühlen sich von der Fülle der Gegenstände, die sie besitzen, überfordert. Deshalb vermeiden sie es, die das Aufräumen in Angriff zu nehmen. Hinzu kommt, dass wir oft mit anderen Menschen zusammenleben. Das führt dazu, dass die Entscheidung, einen Gegenstand wegzuworfen, oft ihre Zustimmung erfordert. Es kann also auch vorkommen, dass eine andere Person vielleicht noch nicht bereit oder in der Lage ist, etwas auszusortieren.

Die Lösung besteht darin, vor dem Ausmisten erst einmal alles zu sortieren. Anschließend lohnt es sich, Gegenstände einzeln in die Hand zu nehmen. Der Tastsinn kann eine positive Emotion auslösen und zeigen, ob man an dem Gegenstand hängt. Man sollte sich dabei nicht von dem Gedanken leiten lassen, dass mehr immer mehr ist.“

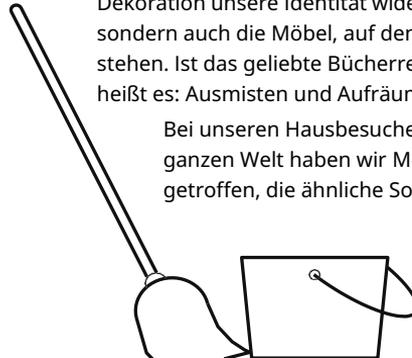
Unordnung ist weltweit ein Problem

Wenn man bedenkt, wie viele von uns Unordnung frustriert, überrascht es nicht, dass Aufräumen und Saubermachen weltweit zu den wichtigsten Prioritäten bei der Organisation des Zuhauses gehören.

Indem wir aufräumen und unseren geliebten Gegenständen einen Ehrenplatz geben, können wir einen großen Beitrag dazu leisten, dass sich unser Zuhause wie ein Teil von uns anfühlt. Tatsächlich spiegeln aber nicht nur unsere Erinnerungstücke und unsere

Dekoration unsere Identität wider, sondern auch die Möbel, auf denen sie stehen. Ist das geliebte Bücherregal voll, heißt es: Ausmisten und Aufräumen.

Bei unseren Hausbesuchen auf der ganzen Welt haben wir Menschen getroffen, die ähnliche Sorgen teilen:



In **Deutschland** beschäftigt die Menschen der begrenzte Stauraum und die Angst, sich wegen eines unordentlichen Zuhauses zu schämen.

In den **USA** lösen überfüllte Räume oft Stress und Ängste aus. Die Menschen hier sehnen sich nach mehr Stauraum und saubereren Oberflächen.

In **Japan** sorgt die geringe Größe vieler Wohnungen dazu, dass es nicht viel Platz gibt, um zusätzlichen Stauraum zu schaffen.

In **Indien** kaufen einige Menschen neue Dinge, ohne sich von den alten Dingen zu trennen. Einige schaffen sogar mehr Platz für noch mehr Dinge, indem sie in größere Häuser oder Wohnungen ziehen.

KAPITEL 04:

Räumen einen Sinn geben



Marqus und seine Frau Eva, mit ihrem Hund Carrie (USA)

Raum für uns selbst finden



Marqus Frau Eva und ihr Hund Carrie (USA)

Genügend Raum für unsere Bedürfnisse und Interessen ist wichtig, um ein Zuhause zu schaffen, das unserem wahren Selbst gerecht wird.

40%

der Menschen sind der Meinung, dass Raum für Bedürfnisse und Interessen wichtig ist, damit ein Zuhause ihre Persönlichkeit widerspiegelt.

Fast

1 von 3

Personen sagt, dass ihr ideales Zuhause ihm oder ihr helfen sollte, den zur Verfügung stehenden Platz besser nutzen zu können.

Nur

4 von 10

Befragten denken, dass ihr Zuhause allen Bewohner*innen Privatsphäre bietet. Dieser Wert sinkt auf **3 von 10** bei Menschen, die ein Zimmer gemietet haben. Mehr als **1 von 10** Personen hat sich zu Hause schon einmal vor anderen versteckt.

Fast

1 von 3

Personen gibt zu, im letzten Jahr zu Hause mit sich selbst geredet zu haben.

22%

der Menschen hat im letzten Jahr im Bett gegessen. Bei den 18- bis 34-Jährigen sind es sogar **32%**.

8%

der Menschen haben gearbeitet, während sie im Badezimmer waren.

Es geht also darum, wie wir den Platz, der zur Verfügung steht, optimal nutzen und wie wir das Zuhause, in dem wir leben, zu unserem Zuhause machen.



Abi mit ihrer Schwester Hannah (Großbritannien)

Unser Zuhause muss zu uns passen

Die Räume in einem Zuhause müssen nicht immer multifunktional sein. Sie müssen den ganz individuellen Bedürfnissen der Menschen gerecht werden, die hier zusammenwohnen.

Räume, die keinen Zweck erfüllen und nicht genutzt werden, können ebenso frustrierend sein wie Räume, die für zu viele unterschiedliche Dinge genutzt werden. Gerade wenn in einem Zuhause wenig Platz zur Verfügung steht, ist es besonders wichtig, die Räume optimal zu nutzen.

Viele Menschen haben Schwierigkeiten, in ihrem Zuhause Platz für die Dinge und Aktivitäten zu finden, die Sie lieben. Vielen fällt es zudem schwer, genügend Platz für nachhaltige Lösungen zu finden.

Nur

1 von 5

Befragten ist der Meinung, dass das Zuhause ihm oder ihr hilft, nachhaltig zu leben.

Je mehr Menschen unter einem Dach leben, desto mehr Bedürfnissen und Interessen muss ein Zuhause gerecht werden. Die richtige Balance zwischen dem definierten Zweck eines Raums und seiner Anpassungsfähigkeit an unterschiedliche Situationen zu finden ist eine Gratwanderung – besonders wenn man mit Kindern zusammenlebt.

Es ist eine wichtige aber auch schwierige Aufgabe im Zuhause Raum zu schaffen, damit jede*r für sich selbst sein kann. Selbst wenn man alleine lebt, kann es eine Herausforderung sein, genug Privatsphäre gegenüber den Nachbar*innen zu finden.

Aber die Menschen brauchen definitiv auch gemeinsame Räume. Diese bringen alle zusammen und schaffen bleibende Erinnerungen. Der Lieblingsort vieler Menschen, um zusammen zu kommen ist das Sofa. Ebenso wichtig ist für viele aber auch die Küche als Mittelpunkt in ihrem Zuhause.

IM GESPRÄCH MIT SIMONE BOSE

Wie können wir es schaffen, in unserem Zuhause, das wir mit anderen teilen, Raum für unsere eigenen Bedürfnisse zu finden?

Simone Bose ist eine BACP-registrierte Beraterin mit einem Master in Beziehungstherapie und gibt einige praktische Ratschläge.

“Bei Self-Care geht es um eine Auszeit und auch viel um die Individualität der Menschen. Es geht nicht immer darum, allein zu sein, aber das Zusammensein mit sich selbst ist ein wichtiger Teil davon.

Es ist wichtig, mit den Menschen, mit denen man zusammenlebt offene und ehrliche Gespräche über den Umgang mit dem zur Verfügung stehenden Platz im eigenen Zuhause zu führen. Je nach Beziehung können Sie diese Gespräche unterschiedlich angehen. Zum Beispiel kann man seinem Partner oder seiner Partnerin mehr darüber erzählen, warum man seinen Freiraum braucht, damit er oder sie sich keine Sorgen macht, dass er oder sie etwas falsches gesagt oder getan hat.



Bei Mitbewohner*innen, denen Sie weniger nahe stehen, kann es schwierig sein, das Gespräch zu beginnen. Aber wenn man sie erzählen lässt, was sie von einem Zuhause oder dem gemeinsamen Wohnraum erwarten, fühlt man sich gleich wohler, auch die eigenen Bedürfnisse zu äußern.“

Fazit

Es gibt keinen Ort wie unser eigenes Zuhause.

Es ist der Ort, an dem wir uns entspannen, zusammenkommen, unseren Hobbys nachgehen, arbeiten, spielen, lachen, uns streiten und versöhnen und – was am wichtigsten ist – uns wie wir selbst fühlen.

Durch die Gegenstände, die wir schätzen, die Räume, die wir nutzen, und die Menschen, mit denen wir zusammenleben, schaffen wir ein Zuhause, das so einzigartig ist wie wir selbst.

Wenn wir uns unser ideales Zuhause vorstellen, dann ist es ein komfortables. Und wir sind entschlossen, unseren eigenen Weg zu gehen, um dies zu verwirklichen.

Erfahre mehr unter:
lifeathome.ikea.com

Wenn unsere eigenen vier Wände uns widerspiegeln, haben sie eine starke, positive Wirkung auf die Art und Weise, wie wir unser Zuhause wahrnehmen. Und es lässt sich nicht leugnen, dass wir, wenn wir uns in unserem Zuhause wohlfühlen, besser gerüstet sind für alles, was in unserem Leben auf uns zukommt.

Niemand sollte sich zu Hause fehl am Platz fühlen. Unabhängig davon, mit wem wir zusammenleben, wo wir wohnen und welche Ansprüche wir an unser Zuhause haben, haben wir alle das Recht, uns in unserem eigenen Zuhause wie wir selbst fühlen.

Es ist Zeit, dass wir das Zuhause zu unserem Zuhause machen.



ÜBER DIE TEILNEHMER*INNEN

Hier stellen wir einige der Personen vor, die wir zu Hause besucht haben

Zusätzlich zu den Gesprächen mit mehr als 37.000 Menschen und den Hausbesuchen auf der ganzen Welt, haben fünf Personen einen besonderen Einblick in ihr Zuhause gewährt.



Marqus, USA

Marqus ist ehemaliger Basketballspieler. Er lebt mit seiner Frau Eva und dem gemeinsamen Hund Carrie zusammen. Das Paar hat einen ähnlichen Design-Geschmack: clean, modern und minimalistisch.



Karin, Deutschland

Für Karin gibt es nichts besseres, als alleine zu leben. Stolz zeigt sie all die Dinge, die sie liebt. Darunter sind auch Erinnerungsstücke an Frank Zappa.



Mehek, Indien

Die tägliche Routine ist für Mehek wichtig. Sie lebt mit ihrer Tochter, ihrem Mann und ihrem Schwiegervater zusammen und findet immer die Zeit, dreimal am Tag zu beten.



Abi, Großbritannien

In Abis Zuhause, das sie sich mit ihrer Schwester und deren Freund teilt, geben Meerschweinchen den Ton an. Obwohl ihre Wohnung klein ist, legen sie Wert darauf, dass ihre vier Meerschweinchen genügend Platz haben.



Tomohiro, Japan

Tomohiro lebt mit seiner Frau und ihren zwei kleinen Söhnen zusammen. Die Spielzeuge seiner Kinder sind zu Hause häufiger mal im Weg. Erholung findet er bei seinem Lieblingshobby: dem Bau von Modellautos.



Über den Life at Home Report 2022:

Die quantitative Studie wurde von YouGov im Auftrag der Ingka Holding B.V. durchgeführt. YouGov ist ein internationales Forschungs- und Datenanalyseunternehmen. YouGov befragte insgesamt 37.405 Erwachsene ab 18 Jahren in 37 Ländern:

Australien, Belgien, China, Dänemark, Deutschland, Estland, Frankreich, Finnland, Großbritannien, Indien, Irland, Italien, Japan, Kanada, Kroatien, Lettland, Litauen, Malaysia, den Niederlanden, Norwegen, Österreich, den Philippinen, Polen, Portugal, Rumänien, Schweden, der Schweiz, Serbien, Singapur, der Slowakei, Slowenien, Spanien, Südkorea, Thailand, der Tschechischen Republik, Ungarn, und den Vereinigten Staaten.

Die Umfrage wurde zwischen Juli und August 2022 durchgeführt. Es wurden Quoten für Geschlecht, Alter und Region angewandt, und die Daten wurden nach den Kriterien Geschlecht, Alter und Region auf der Grundlage einer idealen Verteilung aus den Statistiken in jedem Land gewichtet, sodass die Ergebnisse in Bezug auf die Zielgruppe repräsentativ für die Bevölkerung sind.

