



GaLaBau NRW – Aktuell 1/2013  
Studie „Grün macht glücklich“

### **Studie: Weniger Grün = weniger Glück**

Grün macht glücklich – das haben jetzt britische Forscher nachgewiesen. Stadtbewohner, die in der Nähe von Parks und anderen Grünanlagen leben, sind glücklicher und zufriedener als Mitbürger ohne Zugang zu öffentlichem Grün. Die Forscher verglichen das Glücksgefühl sogar mit den positiven Emotionen beim Heiraten. Ein starkes Argument, mit dem sich bei Stadtplanungsprozessen punkten lässt.

Vollgestopfte Straßen, überfüllte Busse, das ständige Lärmen des Verkehrs – der Alltag in einer Großstadt kann ganz schön stressig sein. Nun ist auch wissenschaftlich erwiesen, dass der Mangel an Grün auch zu einem Mangel an Glück führt.

Britische Forscher der University of Exeter fanden heraus, dass Menschen in Jahren, in denen sie in Stadtvierteln mit hohem Grünanteil leben, zufriedener und gesünder sind, als in Jahren, in denen sie hauptsächlich von Gebäuden umgeben sind. Dafür erhob Umweltpsychologe Mathew White und sein Team die Daten von rund 10.000 Stadtbewohnern aus ganz Großbritannien: Über einen Zeitraum von 18 Jahren hinweg gaben die Studienteilnehmer in regelmäßigen Abständen an, wo sie aktuell wohnen und wie gestresst oder glücklich sie sich in den vorangegangenen Wochen gefühlt hatten. White verglich die Intensität dieser positiven Gefühle mit anderen glücklichen Momenten im Leben wie einer Hochzeit oder einem neuen Job. Das Ergebnis: Eine Hochzeit macht nur dreimal so glücklich wie ein Leben in Parknähe. Ein neuer Job sogar nur ein Zehntel zufriedener.

Grund genug also für Städte, Kommunen und Planer, die Einrichtung und Gestaltung von Grünflächen zu fördern. Denn Parks sind mehr als nur die grüne Lunge der Stadt. Für viele Menschen sind sie ein wichtiges Element für mehr Wohlbefinden, Erholung und Ausgleich zum stressigen Alltag. Auch in dicht bebauten Gegenden bieten sich Möglichkeiten für mehr Grün: Begehbare begrünte Dächer haben den gleichen positiven Effekt wie der



GaLaBau NRW – Aktuell 1/2013  
Studie „Grün macht glücklich“

klassische Park. Und auch auf die Umwelt wirken sie sich positiv aus, senken die Feinstaubbelastung und bieten Tieren einen Lebensraum.

Als Experte in Sachen öffentliches Grün unterstützen die Mitgliedsunternehmen von GaLaBau NRW diesen Wandel und tragen zu einem neuen Lebensgefühl in den Städten bei. Denn schon Seneca wusste: „Glücklich leben und naturgemäß leben ist eins.“

Link zum Video: <http://www.ecehh.org/publication/would-you-be-happier-living-greener-urban-area>

**Herausgeber:**

Verband Garten-, Landschafts- und Sportplatzbau Nordrhein-Westfalen e.V. (v.i.S.d.P.)  
Sühlstrasse 6, 46117 Oberhausen  
Fon: 0208 / 8 48 30-0  
[redaktion@galabau-nrw.de](mailto:redaktion@galabau-nrw.de)  
[www.galabau-nrw.de](http://www.galabau-nrw.de)

*Mitglieder des VGL NRW können diese Inhalte unter Berücksichtigung bestehender Bildrechte für die eigene Kommunikationsarbeit nutzen.*