

ARTPROFIL im Gespräch mit dem Autor und Kulturvernetzer Robert Niesen

Kunst sehen, besser fühlen.

Was Forschung über Ausstellungen als Wohlfühlräume zeigt – und warum das auch im Rathaus funktionieren kann.



Robert Niesen im Cadillac in der Kunsthalle des Rosenhang Museums

© Foto Barbara Niesen

Robert Niesen: Durchaus. Bereits 2019 ergab eine Metastudie der WHO mit über 3000 ausgewerteten Studien: Kunst spielt in der Gesundheitsförderung, Prävention und in Behandlungskontexten eine relevante Rolle! Nicht als Ersatz für Medizin, sondern als Ergänzung. Eine Ressource, die psychologische, soziale und auch physiologische Prozesse beeinflussen kann. „Wohlbefinden“ ist nicht nur ein Gefühl, sondern geht mit einer körperlichen Signatur einher: Stresshormone, Herzschlagmuster, Entzündungsmarker.

ARTPROFIL: Können Sie Beispiele benennen?

Robert Niesen: In London wurden Büroangestellte zur Mittagszeit zu einem 35-minütigen Besuch der Guildhall Art Gallery von Psychologin Angela Clow und Cathrine Fredhoi begleitet. Das Ergebnis: Objektiv gemessenes Stresshormon Cortisol ebenso wie subjektiv empfundener Stress gingen nach dem Galeriebesuch deutlich zurück. Ein Indiz, dass Kunst positiv als Stressregulant wirkt.

ARTPROFIL: Wenn wir die fein orchestrierten Werkserien "Kunterbunt" und "Horizonte" von Barbara Niesen nacheinander auf uns wirken lassen, wird das konkret erlebbar. Einmal spüren wir etwas wie positiv aufgeladene, aufwühlende erquickende Freude, dann eher kontemplative Beruhigung beim Eintauchen in die Bildwelt.

Robert Niesen: Genau. Doch noch etwas Bemerkenswertes brachte die Forschung hervor: den signifikanten Unterschied zwischen dem Beschauen eines Originals versus einer Reproduktion. King's College London berichtet 2025 in einer Preprint Studie mit 50 Freiwilligen: Bei der Betrachtung von Originalen in der Courtauld Gallery oder von Reproduktionen derselben Werke in einer vergleichbaren Nicht-Galerie-Umgebung sank Cortisol in der Betrachtung der Originalen im Durchschnitt um 22 Prozent, in der Reproduktionsbetrachtung lediglich um acht Prozent. Dr. Tony Woods fasste das Ergebnis mit einem Satz

ARTPROFIL: Was passiert, wenn wir Kunst betrachten? Warum scheint es Menschen nach

Der Blick bleibt hängen, die Gedanken sortieren sich neu, manchmal spürt man, wie sich die At-