



## Experteninterview

Mannheim, November 2017

# Wir mögen es soft: Deswegen macht mehr Weichheit im Alltag Sinn

**Zewa und Haptikexperte Dr. Martin Grunwald erklären, warum weiche Materialien so gut für unser Wohlbefinden sind, wie wir Berührungen wahrnehmen und bei welchen Alltagsgegenständen wir auf besonders sanfte Oberflächen setzen sollten.**

Wir lassen uns häufig von der Optik täuschen. Den Tastsinn aber, den können wir nicht überlisten. Dr. Martin Grunwald, Gründer und Leiter des Haptik-Labors an der Universität Leipzig, erklärt, warum: „Das Phänomen Nähe ist über kein anderes Sinnessystem so deutlich wahrnehmbar wie durch das Tastsinnessystem. Noch vor Geburt erfahren wir die Wirkung physischer Nähe.“ Berühren wir etwas, begreifen wir es tastend. In genau diesen Momenten entscheidet sich, wie wir etwas wahrnehmen.

### Emotionen durch Berührungen

Ob weiche Sessel, eine Kuscheldecke oder zarte Haut – alles, was wir berühren, erzeugt Emotionen. So lösen kuschelweiche Materialien, Wärme und Hautkontakt positive Emotionen aus und machen uns glücklich. Sie gehen sprichwörtlich „unter die Haut“. Wie Haptikexperte Dr. Martin Grunwald erklärt, bedeutet die Weichheit von Materialien, „dass sie unserem Körper keinen Schaden zufügen können“. Nicht ohne Grund gibt es Kuscheltiere aus den flauschigsten Materialien. Sie sollen für ein sicheres und angenehmes Wohlgefühl sorgen. „Mit der Berührung entstehen mikroskopisch kleine Vibrationen, die die Sinneszellen der Haut registrieren und uns erkennen lassen, ob es sich um weiche oder harte Materialien handelt“, beschreibt Dr. Martin Grunwald. Dadurch, dass weiche Oberflächen die Körperwärme leichter reflektieren, empfinden wir sie auch als wärmer.

Aber natürlich löst auch der Kontakt zu anderen Dingen und Produkten Empfindungen aus. Glatte und eher kalte Oberflächen, beispielsweise Tische in Konferenzräumen, schaffen ein eher unbehagliches Gefühl. „Auch das lässt sich auf physiologischer Ebene erklären: Harte oder raue Materialien können unter Umständen Hautschädigungen und Schmerzen verursachen“, ergänzt Dr. Martin Grunwald.



## **Das passiert bei der Berührung von weichen Materialien im Gehirn**

Das Gehirn verarbeitet den ganzen Tag eine Vielzahl an Sinnesreizen des Tastsinns – selbst während wir schlafen. „Die Sinneszellen des Körpers senden permanent winzige elektrische Impulse an das Gehirn. Sie erreichen dessen Nervenzellen und werden dort zu Empfindungen verarbeitet. Wie genau das geschieht, ist noch nicht vollständig geklärt“, so Dr. Martin Grunwald. Klar ist aber: Durch die entstehenden positiven Emotionen wird unser körperliches und seelisches Wohlbefinden gestärkt. Und auch das Immunsystem profitiert davon. „Wenn wir Kontakt zu weichen Materialien haben, führt die Wahrnehmung dessen zu positiven Gefühlen und wir entspannen uns.“

## **Weiche Produkte sind für unseren Körper besonders wichtig**

Dr. Martin Grunwald beschreibt: „Weichheit ist quasi ein physiologisches und psychologisches Synonym für Pflege und Schutz unseres Körpers.“ Denn: Sei es die Kleidung, bei der wir uns wohler fühlen, wenn sie weich ist, anstatt zu kratzen, oder sogar Toilettenpapier, das entweder unangenehm dünn und rau sein kann oder sanft, fest und schützend. „Haben Materialien direkten Kontakt mit der Haut, liegt es in unserer Natur, dass wir darauf achten, der Haut keinen Schaden zuzufügen“, so Dr. Martin Grunwald. „Alles, was den Körper schützt, weckt positive Emotionen.“ Deswegen ist gerade ein extraweiches Toilettenpapier wichtig. „Besonders an sensiblen Stellen des Körpers sollen unnötige Reizungen oder sogar Verletzungen unbedingt vermieden werden“, sagt er. Zudem werden die empfindlichen Körperpartien mehrmals täglich gereinigt, sodass ein sanfter Umgang mit ihnen wichtig ist. Generell sollte der Körper so pfleglich und schützend wie nur möglich behandelt werden – man hat schließlich nur einen.

## **Weiche Materialien im Alltag**

Die meisten Dinge, mit denen wir im täglichen Leben im Kontakt stehen, sind eher hart. Ein gutes Beispiel dafür ist das harte Display von Smartphones. Unzählige Male am Tag wird dieses berührt. Bei der Auswahl der Materialien, auf die wir Einfluss nehmen können, sollten wir gezielt auf Weichheit achten, um für ein angenehmes Gefühl bei Hautkontakt zu sorgen:

- Bettwäsche aus natürlichen Materialien
- weiche Handtücher
- ultrasoftes Toilettenpapier, zum Beispiel **Zewa Ultra Soft**
- weiche Kosmetikartikel, zum Beispiel Wattepadts oder Q-Tips
- Sitzpolster, die den Sitzkomfort der Stühle erhöhen, und weiche Polstermöbel

- weiche Schals oder kuschelige Pullover
- Kuscheldecken für gemütliche Abende auf der Couch

#### Die wichtigsten Antworten von Dr. Martin Grunwald auf einen Blick

- 1. Was verbinden wir mit Weichheit?**  
In der Regel wird Weichheit mit positiven Emotionen assoziiert. Materialien, die wir als weich beurteilen, empfinden wir als angenehm.
- 2. Warum hat Haptik einen so wichtigen Einfluss auf unser Wohlbefinden?**  
Alles, was unser Tastsinn registrieren kann, beeinflusst auch unsere Emotionen.
- 3. Was passiert mit unseren Sinneszellen in der Haut, wenn wir etwas Weiches berühren?**  
Beim Abtasten entstehen mikroskopisch kleine Vibrationen, welche die Sinneszellen unserer Haut registrieren können. Weiche Materialien erzeugen andere Mikrovibrationen als harte.
- 4. Was passiert in unserem Gehirn, wenn wir etwas Weiches berühren?**  
Berühren wir weiche Materialien, sind diejenigen Hirngebiete besonders aktiv, in denen positive Emotionen entstehen.
- 5. Warum fühlt man sich wohler, wenn man weiche Materialien nutzt?**  
Weichheit ist quasi ein psychologisches und physiologisches Synonym für Pflege und Schutz unseres Körpers. Und was den Körper schützt, dem stehen wir auch mit positiven Emotionen gegenüber.
- 6. Wie kann Weichheit für Erholung sorgen?**  
Angenehme körperliche Empfindungen lösen beinahe automatisch positive Emotionen aus und stärken unser seelisches und körperliches Wohlbefinden.
- 7. In welchen Situationen können wir unseren Alltag weicher gestalten?**  
Wir können bei der Auswahl von solchen Materialien auf Weichheit achten, die direkt mit unserem Körper in Berührung kommen.
- 8. Schone ich meine Haut bzw. pflege ich sie durch weicherer Toilettenpapier?**  
Durch weiches Toilettenpapier werden unnötige Reizungen oder sogar Verletzungen der entsprechenden Hautbereiche vermieden.
- 9. Wieso sollten wir die Nutzung von weichen Materialien an unseren empfindlichen Körperstellen nicht vernachlässigen?**  
Generell gilt, dass wir unseren Körper möglichst pfleglich behandeln sollten.
- 10. Weichheit bei Toilettenpapier ist für die Konsumenten besonders wichtig? Wie würden Sie das begründen?**  
Insbesondere im Hygienebereich achten wir instinktiv darauf, dass die empfindlichen Stellen unserer Haut nicht mit rauen Materialien in Kontakt kommen.



Bildunterschrift: Zewa Ultra Soft ist in sechs Packungsgrößen mit praktischem Griff verfügbar: 2x 150 Blatt, 6x 150 Blatt, 8x 150 Blatt, 16x 150 Blatt und 20x 150 Blatt, jeweils 4-lagig.

## Über den Experten



**Dr. Martin Grunwald** ist Gründer und Leiter des Haptik-Forschungslabors an der Universität Leipzig. Der Haptikexperte hat zwei Lehrbücher veröffentlicht und ist Autor des Buches „Homo hapticus: Warum wir ohne Tastsinn nicht leben können“, das in die Auswahlliste *Wissenschaftsbuch des Jahres* aufgenommen wurde.

### Für weitere Informationen kontaktieren Sie bitte:

Faktor 3 AG, Maleen Geese, +49 (0)40-679 446-6115, zewa@faktor3.de

### Über Zewa Toilettenpapier:

Zewa Toilettenpapier ist eine Marke von Essity. Seit über 50 Jahren sorgt Zewa Toilettenpapier im Badezimmer für Pflege nach dem Zewa Wohlfühlprinzip: Nicht nur ein sicheres Gefühl absoluter Sauberkeit, auch ein ungeahnt erfrischendes Erlebnis steht im Vordergrund. Sinnliche Weichheit, angenehme Texturen, pflegende Lotionen und ein feiner Duft garantieren, dass die alltägliche Pflege zum immer wiederkehrenden Wohlfühlmoment wird. Die große Auswahl an unterschiedlichen trockenen Toilettenpapieren und feuchten Toilettentüchern spricht jede Vorliebe an: ganz pur, in Farbe, mit Duft oder Lotion. Zewa Ultra Soft bietet ultimative Weichheit, Zewa Deluxe Mandelmilch ist zart duftend mit einem Hauch Mandelmilch, während Zewa Premium, das erste 5-lagige Toilettenpapier von Zewa, für gründliche Sauberkeit und wirksame Hygiene sorgt. Bei Zewa gibt es für jeden Anspruch das passende Papier. Weitere Informationen zu Zewa und den verschiedenen Produktlinien gibt es auf [www.zewa.de/toilettenpapier](http://www.zewa.de/toilettenpapier).

### Über Essity

Essity ist ein global führendes Hygiene- und Gesundheitsunternehmen. Wir engagieren uns für die Verbesserung der Lebensqualität durch hochwertige Hygiene- und Gesundheitslösungen. Der Name „Essity“ setzt sich aus den Begriffen „essentials“ (das Wichtige) and „necessities“ (das Notwendige) zusammen. Von unserem nachhaltigen Geschäftsmodell profitieren Mensch und Umwelt. Wir vertreiben unsere Produkte und Lösungen in rund 150 Ländern unter vielen starken Marken, darunter die Weltmarktführer TENA und Tork, aber auch bekannte Marken wie Jobst, Leukoplast, Libero, Libresse, Lotus, Nosotras, Saba, Tempo, Vinda und Zewa. Essity beschäftigt rund 48.000 Mitarbeiter weltweit. Der Umsatz im Jahr 2017 betrug 11,3 Mrd. Euro. Essity hat seinen Hauptsitz in Stockholm, Schweden, und ist an der NASDAQ Stockholm notiert. Weitere Informationen auf [www.essity.com](http://www.essity.com).

**Deutschland ist mit 1,18 Mrd. EUR (2017) der umsatzstärkste Markt von Essity in Europa.** Das Unternehmen ist hier in den Geschäftsbereichen Hygienepapiere, Professionelle Hygiene und Körperpflege tätig. Zu den bekanntesten Marken zählen die Hygienemarken



TENA und Tork, die Hygienepapiere Tempo und Zewa, die Recyclingmarke DANKE, Demak'Up Abschminkprodukte sowie die Medizinmarken Leukoplast, Cutimed, Delta-Cast, JOBST und Tricodur. Neben den Verwaltungsstandorten in Hamburg, Mannheim und München-Ismaning gibt es Produktionsstätten in Emmerich, Hamburg, Mainz-Kostheim, Mannheim, Neuss und Witzenhausen mit einer Belegschaft von insgesamt rund 4190 Mitarbeitern. Mehr Informationen unter [www.essity.de](http://www.essity.de).

**Essity Germany GmbH**

Sandhofer Str. 176  
68305 Mannheim  
Tel.: +49 (0)621-778-0  
[www.essity.de](http://www.essity.de)