

Kleuren in de praktijk

...EN HUN EFFECT OP DE PATIËNT

Kleuren, licht en geuren prikkelen de zintuigen en hebben veel meer invloed op ons welzijn dan we beseffen. Dat is de stellige overtuiging van bioloog en sfeerspecialist Kim van der Leest, oprichter van het bedrijf 'Warm with Senses'.

Wie kent hem niet, de doorsnee wachtkamer. Aan witte, kale muren hangt in het beste geval een poster van een goed doel of een onbeduidend kunstwerk. Kantoorstoelen of plastic kuipjes staan zo dicht naast elkaar dat je de hartkloppingen van de buurman kunt horen en iedereen ziet grauw door het meedogenloze licht van de TL-lamp. De sfeer is vaak zo beklemmend, dat patiënten die aan de beurt zijn, de ruimte opgelucht verlaten. Een gemiste kans, vindt sfeerspecialist Kim van der Leest, want alleen al met een paar kleuraccenten kan een kille wachtkamer een ware metamorfose ondergaan. En is het niet juist de bedoeling dat patiënten zich ontspannen?

"Kleuren, licht en geuren prikkelen onze zintuigen, zetten biochemische processen in werking en stimuleren zo onze hormonen", stelt Van der Leest, die biologie en gedragsleer studeerde. "Deze drie elementen hebben veel meer invloed op ons gedrag en welzijn dan we vaak beseffen. Maar om het beoogde effect te bereiken, moet je er wél verantwoord mee omgaan. Zo is wetenschappelijk bewezen dat de kleur rood – die staat voor power, energie en passie – zorgt voor meer adrenaline in het bloed. In een tandartsenpraktijk komen bijvoorbeeld veel mensen nerveus binnen. Dan moet je niet veel rood gebruiken, want dat zorgt voor nog meer onrust en angst voor de behandeling. Veel beter is de kleur groen, waarvan is bewezen dat die juist voor minder stress zorgt."

Zelf houdt Van der Leest kantoor in een hoge en ruime zolderverdieping met een houten vloer en veel ramen. Geen vitrage, maar oranje voile dempt het felle zonlicht en zorgt voor een warme gloed. Haar 'bureau' is een lange, houten tafel die bezaaid ligt met voorbeeldplaatjes en kleurstenen. De sfeer is huiselijk.

FASCINATIE VOOR KLEUR

Ooit was Van der Leest, die na de studie, biologie ook een businessopleiding volgde aan het prestigieuze Franse instituut Fontainebleau, een ambitieuze marketingconsultant. Eerst in Brussel en later in Parijs. Eenmaal terug in Nederland ver-

gebied van binnenhuisarchitectuur en kleur en welzijn. Daar zijn ze al jaren overtuigd van de samenhang tussen die elementen."

HUISELIJKEHEID

In de adviezen van Van der Leest keer vooral het begrip functionele huiselijkheid vaak terug. Onlangs nog werd ze benaderd door Ella Broek en Marijke van Dieren, die een praktijk voor eerstelijnspsychologie hebben in Baarn en op het punt staan te verhuizen naar een nieuw pand. Door een huiselijke sfeer te creëren hopen ze dat hun cliënten zich sneller op hun gemak zullen voelen. Maar hoe doe je

MET EEN PAAR KLEURACCENTEN ONDERGAAT EEN KILLE WACHTKAMER EEN WARE METAMORFOSE

vulde ze commerciële functies bij een uitgeverij en een bedrijf dat medische hulpmiddelen verkoopt. In 2001 vond er een ommekeer in haar leven plaats, toen ze scheidde van de man waarmee ze drie kinderen heeft. Waar de drang om te presteren altijd de boventoon voerde, werden onderliggende gevoelens en verlangens opeens belangrijker. "Het roer ging radicaal om", vertelt Van der Leest. "Na mijn scheiding richtte ik mijn eigen bedrijf op en heb ik me helemaal toegelegd op mijn fascinatie voor kleuren en wat ze met je doen. Ik had altijd al ruimtes ingericht voor mensen, omdat ik goed aanvoelde wat het beste bij ze paste. Als een soort hobby. Ook volgde ik al tijdens mijn studie cursussen in Duitsland op het

dat in nieuwbouw van beton? Van der Leest adviseerde een crèmeachtige basis kleur voor de muren. Het marmoleum in de gang, die deels dienst doet als wachtkamer, heeft een gemarmerde structuur en warme roze, oranje en crèmekleurige tinten.

Op de gang in het nieuwe pand komen zeven deuren uit, wat voor veel verwarring kan zorgen. Van der Leest adviseerde om de deuren die niet functioneel zijn voor cliënten dezelfde kleur te geven als de wanden, waardoor ze niet meer opvallen. De deuren die toegang geven tot de kamers van de psychologen en het toilet werden daarentegen turkoois, oudroze, lichtoranje en korenblauw geverfd. Van der Leest: "dat is helder, fris en stimule-



Kim van der Leest: "Ik heb me helemaal toegelegd op mijn fascinatie voor kleuren en wat ze met je doen."

rend, maar ook weer niet agressief. Ook scheidt het duidelijkheid voor de patiënt, want iedere psycholoog heeft nu een eigen kleur. Dat biedt houvast, wat belangrijk is."

In de kamers ligt korenblauw tapijt, wat rust uitstraalt. Er komen crèmekleurige banken en blauwe of oranje kuipstoeltjes van leer in te staan. En houten tafels in plaats van bureaus. De bezoekers van de praktijk zijn van alle leeftijden. Het meubilair is dan ook een combinatie van klassiek en modern. Het mag niet te oubollig zijn maar ook niet te steriel.

Van der Leest: "Veel mensen denken dat de inrichting wel in orde is zolang je maar duur en modieus design koopt. Dat is een misvatting. Het gaat om de totale sfeer die je tot je neemt. Qua huiselijkheid kan een comfortabele Ikea-bank bij wijze van spreken veel geschikter zijn."

Broek en Van Dieren zijn bijzonder trots op hun nieuwe praktijk. "Als we geen hulp hadden ingeroepen, was alles nu waarschijnlijk wit geweest en hadden we zwarte meubels gehad. Dat is weliswaar een rustige combinatie, maar ook te koel. En dan hing er nu luxaflex voor de

ramen." In plaats daarvan komt er 'voile-in-between', dat voldoende daglicht doorlaat, maar ook privacy biedt én een warme uitstraling heeft.

HARMONIEUS

Ook tijdens de bouw van de nieuwe vleugel van het Universitair Medisch Centrum Utrecht stond het scheppen van een aangename sfeer centraal. "Het ontwerp lag er al, maar we hebben aan Van der Leest gevraagd of het qua kleurgebruik in orde was", zegt Olav Bouhuys, manager bedrijfsvoering bij de divisie radiologie, radiotherapie en nucleaire geneeskunde.

Van der Leest stelde een aantal aanpassingen voor die ook zijn doorgevoerd. Een lange gang vol ronde lichtkoepels leidt naar de centrale hal. Het houtwerk aan de binnenkant van die koepels zou volgens de nu heersende modetrend vuurrood worden. Omdat deze kleur in een ziekenhuis teveel wordt geassocieerd met bloed, raadde ze dit af. Vijf lichtkoepels zijn nu crèmekleurig en er zijn er nog maar twee die in een lichtrode kleur zijn geschilderd. Ook adviseerde ze de betonnen

wanden in de gang, die een kille uitstraling hadden, alsnog gebroken wit te schilderen.

De centrale hal, tevens wachtkamer, heeft veel houtwerk, grote raampartijen en een hoog plafond bedekt met mooie koperen platen. De muren zijn wit en betegeld. Kunstwerken en panelen van vilt breken de eentonigheid van de tegelrijen en dempen het geluid. Op aanraden van Van der Leest kregen de panelen geen felle tinten, maar werden ze uitgevoerd in de tijdloze kleuren lichtgrijs – dat staat voor lucht en licht – en de aardse kleur beige, die goed past bij het koperen plafond en het houtwerk. Van der Leest: "de inrichting vormt nu een harmonieus geheel en zorgt ervoor dat patiënten zich op hun gemak kunnen voelen en rustiger worden."

TEKST: JOAN VELDKAMP

FOTO: NOUT STEENKAMP/FMAX

Voor meer informatie over het werk van Kim van der Leest kunt u terecht op www.warmwithsenses.nl