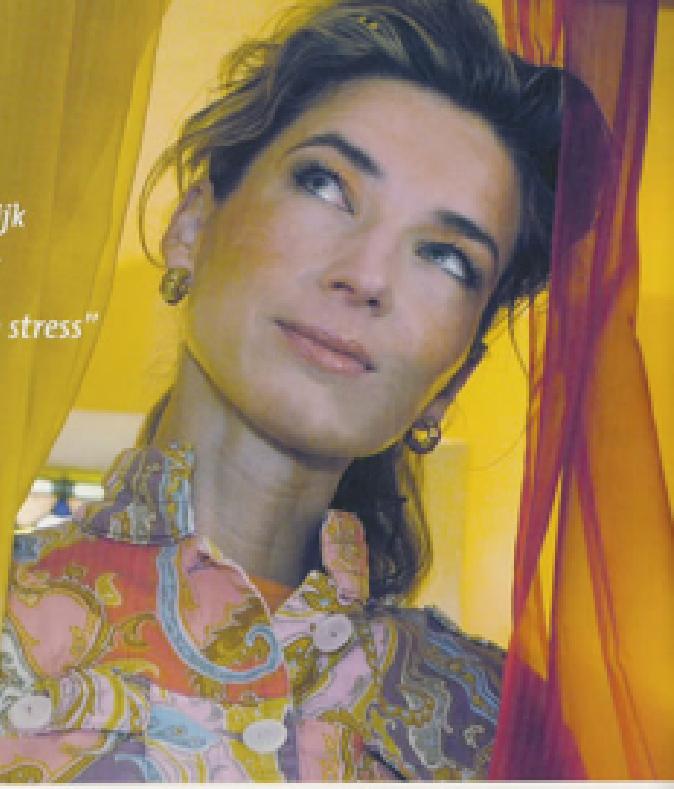


"De aanblik van natuurlijk groen leidt al binnen vijf minuten tot afname van stress"



Gesprek met belevingsexpert Kim van der Leest

Sfeer verhoogt rendement

Drs. Kim van der Leest, directeur en oprichter van het adviesbureau Warm with Senses, noemt zichzelf 'sfeerspecialiste' en richt projecten in met behulp van kleuren, geuren en muziek. Achterliggende gedachte is dat sfeer het gedrag van medewerkers en klanten beïnvloedt. Uiteindelijk zet de creatie van een juiste sfeerbeleving zelfs leden tot rendementverhoging. Gesprek met een bewogen visionair.

In haar omgeving merkte men al snel dat Kim een bijzonder meisje was. Wijg voor haar leeftijd legde ze verbanden waar volwassenen ze niet eens zagen. Kim: "Toen ik nog maar net een paar woordjes kon brommen zeg ik eens een landkaart. Mensen kwam, min of meer intuïtief, bij mij de gedachte op dat die verschillende landmassas vroeger aan elkaar vast zaten. Daaruit blijkt wel dat mijn kracht ligt in het zien van

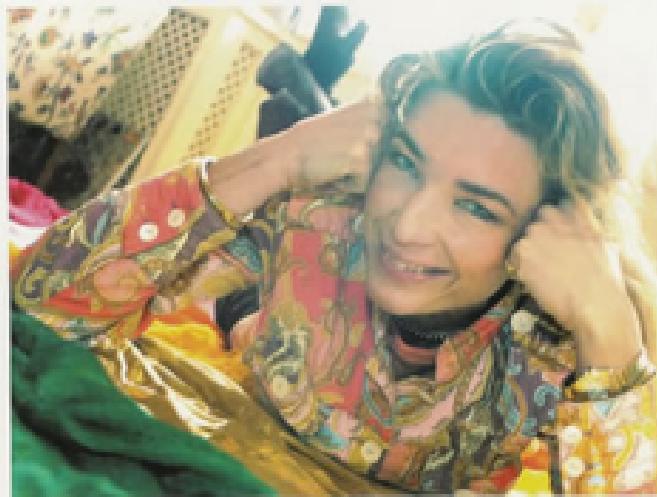
verbanden. Het is een soort helder weten of ervaren en gaat vanzelf." Kim studeerde in 1987 af in algemene biologie en gedragssleer aan de Rijksuniversiteit van Utrecht. Daarna vervulde ze diverse functies binnen het bedrijfsleven, met creativiteit als rode draad. In 2001 richtte Kim de bedrijven Warm with Senses, Warm with Colours en Terra Magenta op. Als directeur van genoemde ondernemingen staat ze klant met advies en

begeling voor bedrijven, instellingen en individuen die de kracht van sfeer en beleving voor eigen doelstellingen willen hanteren. En dat worden er steeds meer. Kim: "We leven in een samenleving die zorgt voor een constante flow van adrenaliné. Altijd maar meer, sneller en harder. Deze continue prikkeling vermoedt en veroorzaakt stress, terwijl correct toegepaste en gedoceerde impulsen juist vitaliseren. Aan dat laatste is steeds meer behoefte."

Zintuigen

Alles wat we te weten komen over de wereld om ons heen bereikt ons via de zintuigenzicht, gehoor, smaak, reuk en gevoel. Bijna ongemerkt herkennen we tienduizend geuren, onderscheiden we miljoenen kleuren en voelen we zelfs de geringste aanraking op onze huid. De zo waargenomen en ervaren

ster heeft grote invloed op hoe wij ons voelen en gedragen. Door beïnvloeding van de kleur wordt dus invloed uitgeoefend op een werkneem, patiënt of klant. Afhankelijk van de functie van een ruimte adviseert Kim over de inrichting en aankleding ervan. Niet mode en trends zijn daarbij het uitgangspunt, maar het welzijn van de gebruiker van de ruimte. Kim: "Door het combineren van biologie met interieurarchitectuur en eventueel bedrijfskunde probeer ik een kleur te creëren die past bij een bedrijf. Het bijvoorbeeld kleur kan je al heel veel bewerkstelligen. Elke kleur heeft een andere trilling en werkt verschillend op ons in. Wetenschappelijk uitgevoerde tests hebben aangegetoond dat de kleuren oranje en rood de bloedcirculatie bevorderen en stimulerend werken en dat blauw de ademhaling vertraagt en rust geeft. Een vergaderruimte wordt dus het liefst in blauw uitgevoerd, de kleur die vertrouwdheid overkomt en een positieve wer-



Drs. Kim van der Leest

"Je plakt toch geen rood op de muren als je wil ontspannen?"

king heeft op de communicatie. Voor brainstorms is blauw echter weer te koel, grijs dan liever naar oranje door bijvoorbeeld plaatsing van een botanische bloemen, verspreiding van citrusgeur of het aanbrengen van jus d'orange. Leuker eben gaat overigens goed samen met geel. Een tip voor het restaurant/de kantine!"

Geuren, kleuren en geluiden

Geluiden, kleuren en geuren hebben een univrale werking. Elk bedrijf heeft echter weer individuele verfijning nodig. Maatwerk is dus geboden. En dat is precies wat Kim adviseert: "Bedrijven hebben nogal eens te maken met gebrek aan eigen identiteit. Ze willen professioneel, rustig en betrouwbaar overkomen, maar dragen dat lang niet altijd uit. Vergeetbare kleuren in bedrijven en ook hun logo's zijn zwart en wit. Deze kleuren vormen misschien een goede basis, maar voor het uitstralen van een eigen smuckwerk en boodschap is meer nodig. Het logo van McDonald's is bijvoorbeeld briljant gekozen: geel is opvallend en bevordert de eetlust en rood staat voor snelheid. Ideaal dus voor een fastfoodketen." De creatie van een goede sfeerverbeleving hoeft overigens helemaal niet

veel geld te kosten. Met behulp van simpele middelen en logisch denken komt je al een heel eind, aldus Van der Leest: "Je plakt toch geen rood op de muren als je wil ontspannen? En je zingt toch voor een beetje symmetrie als je balans, structuur en houvast zoekt? Met simpele middelen kunnen 'eye-catchers' gemaakt worden, zoals verlichting, planten en accessoires."

Geuren werken ondersteunend. Rozemarijn en sinaasappel zijn bijvoorbeeld productiviteitsverhogend, citrus werkt verhelderend. Muziek veroorzaakt trillingen die zelfs van invloed zouden zijn op de vorm van waterkristallen. Van der Leest: "In Duitsland is muziekgenetiek de helemaal geen vreemde zeed in de bijt. Daar heeft men ontdekt dat middels rustgevende muziek voorafgaand aan een operatie de narcosedoseering verlaagd kan worden." Naast kleuren, geuren en geluiden zijn elementen als daglicht en natuurlijk groen onontbeerlijker. Tot slot heeft Van der Leest nog een tip: "Muzikanten blijken over het algemeen een positief effect te hebben op de gemiddelde gezondheid van mensen. Veelal in zorgomgevingen kan met deze kans nog meer voordeel behaald worden." □

Invloed van natuurlijke groen

Waarop kanste kan de lucht oruis en/of droog zijn en schadelijke stoffen bevatten door onder andere koolstofdioxide, llym, behang, stoffering en computermonitoren. Hoge concentraties koolstofdioxide door onvoldoende luchtvervening veroorzaken hoofdpijn en misselijkheid. Planten kunnen een belangrijke rol spelen bij het zuiveren van de lucht en het zorgen voor welzijn op het werk. Ze verminderen stress, bevorderen de concentratie en absorberen geluid. Het zien van natuurlijk groen leidt tot een daling van de bloeddruk, vermindert de spanning en verhoogt het humeur. Tegelijkertijd wordt door planten de luchtkwaliteit op peil gehouden, omdat ze waterdamp afscheiden. Het is wetenschappelijk bewezen dat mensen die computers taken verrichten twaalf procent effectiever werken als er planten in de ruimte zijn.

Voorbeelden van luchtuiveringende planten zijn: drassena mossambicensis (drakenbloedboom), hedera (klimoed), spathiphyllum (lepelplant), sansevieria (kousentongen), ficus elastica (rubberplant).