



Helende Omgeving

voor kinderen, jongeren en volwassenen
met ontwikkelingsproblemen

Deel 1: Helend Klimaat

 **Zonnehuizen**





Werken aan een missie vraagt om
ingaan op de speciale kleine dingen
die daarbij nodig zijn.

R. Steiner in 'Genezend opvoeden'

Ten geleide

Dit boekje is het eerste van een serie van vier over het leefklimaat voor cliënten in de gehandicaptenzorg en de kinder- en jeugdpsychiatrie. Het is geschreven naar aanleiding van vragen van medewerkers van Zonnehuizen, een landelijk werkende instelling voor behandeling van, zorg voor en ondersteuning van mensen met ontwikkelingsproblemen.

Annemieke Korte, stafmedewerker 'Helend Klimaat' en verbonden aan het Centrum voor Kennis- en Expertiseontwikkeling van Zonnehuizen, heeft deze vragen opgepakt en dit eerste boekje geschreven. De inhoud is gebaseerd op interviews met medewerkers, literatuuronderzoek en op haar eigen ervaringen als begeleider, docent en leidinggevende.

Bij Zonnehuizen zijn we trots op dit boekje. Ten eerste omdat het zo bruikbaar is bij de behandeling, zorg en ondersteuning van onze cliënten, ten tweede omdat het ook op veel andere plekken (scholen, jeugdzorg en thuis) goed toepasbaar is. Maar ook omdat dit het eerste echte product is van het Centrum voor Kennis- en Expertiseontwikkeling. Dit centrum ontwikkelt kennis die kan worden ingezet om deskundigheid te vergroten en expertise te ontwikkelen. Met als doel de behandeling, zorg en ondersteuning van cliënten te verbeteren. Dit eerste product past heel goed binnen deze doelstelling.

Dit boekje gaat over een onderdeel van het leefklimaat, namelijk de inrichting van de materiële omgeving. De antroposofie vormt hiervoor de belangrijkste inspiratiebron. Een tweede deel is in voorbereiding en zal gaan over ritme, gezondheid en de inrichting van de sfeer. Deel drie en vier zullen gaan over rituelen en huiscultuur en over samenwerking en innerlijke ontwikkeling van medewerkers.

De invloed van de omgeving krijgt de laatste jaren steeds meer belangstelling in de gezondheidszorg. Het is dan ook belangrijk dat door middel van dit boekje de expertise die hierover binnen Zonnehuizen is ontwikkeld naar buiten wordt gebracht.

Dr. Joop Hoekman, hoofd Centrum voor Kennis- en Expertiseontwikkeling Zonnehuizen

Inhoud

Ten geleide	1	7	Helende beelden	24
Inhoudsopgave	2	7.1	De helende werking van beelden	24
Voorwoord	3	7.2	Afbeeldingen kiezen	24
Inleiding	4	7.3	Afbeeldingen van de natuur	24
		7.4	Identiteit, beelden en symbolen	25
1 Helende omgeving: uitgangspunten	5	8	Natuur	27
1.1 Visie op zorg en behandeling	5	8.1	Contact met de natuur	27
1.2 Cultuur	5	8.2	Planten en de seizoenstafel	27
1.3 Basisbehoeften van de doelgroep	5	8.3	Tuinen	28
1.4 Een helende omgeving	7			
2 Organische architectuur	8	9	Rituelen	30
2.1 Herkenbaar, natuurlijk en afgestemd op de omgeving	8		Slot	31
2.2 Vormgeving en gezondheid	10		Noten	32
			Literatuurlijst	33
3 Cultuur	11			
3.1 Aandacht en zorg	11			
3.2 Interesse en verwondering	11			
3.3 Eigen verantwoordelijkheid	13			
3.4 Inleven in de beleving van de cliënt	13			
4 Inrichting	14			
4.1 Duidelijk en herkenbaar	14			
4.2 Functioneel en degelijk	14			
4.3 Materialen	15			
4.4 Stoffering	15			
4.5 Schoonheid	17			
4.6 Geluid en luchtkwaliteit	17			
4.7 Verlichting	18			
5 De eigen kamer	19			
5.1 Slaapkamers van kinderen	19			
5.2 De eigen kamer van jongeren en volwassen cliënten	19			
6 Kleuren	20			
6.1 Organisch kleurgebruik	20			
6.2 Kleurenspectrum	20			

Colofon

Tekst: Annemieke Korte
Centrum voor Kennis- en Expertiseontwikkeling

Maart 2010

Realisatie: BTH/Marx
Drukwerk: PrintPort

Uit dit boekje mag niets worden gekopieerd zonder toestemming van Zonnehuizen. Extra exemplaren zijn te bestellen bij de receptie van Zonnehuizen, telefoon (030) 694 53 00 of via info@zonnehuizen.nl

Voorwoord



Ik loop een woonhuis binnen voor kinderen van 6 tot 12 met ontwikkelingsstoornissen en een verstandelijke beperking. Ik kom binnen in een lichte ruime hal. Aan mijn linkerhand zijn de kapstokken waaraan steeds twee haakjes met daarboven een vakje met de naam van een kind en daarnaast een kleine eigen afbeelding voor wie niet kan lezen. Eronder zijn aparte schoenenkastjes en erboven vakjes voor handschoenen en mutsen. Alle jassen, op één na, hangen netjes aan de haakjes. Die ene jas ligt op de grond, ik buk me en hang hem op een haakje. Deze plek roept een prettig gevoel bij me op: hij straalt aandacht en zorg uit en geeft de indruk dat er ruimte is voor ieder kind. Deze ervaring roept vertrouwen op ten aanzien van wat hier voor kinderen wordt gedaan. De ordening van de dingen is uitnodigend: het is een kleine moeite de gevallen jas weer op zijn plaats te hangen.

Dit boekje gaat over de kunst van het creëren van een helende omgeving. Met het voorbeeld wil ik een indruk geven van wat ik daarmee bedoel. Een helende omgeving is niet alleen een materiële kwestie. Een helende werking is het resultaat van een samenspel van materiële factoren en hoe mensen ermee omgaan. Het doel van dit boekje is hiervoor meer bewustzijn bij medewerkers te wekken. Ook worden concrete handvatten geboden om mee aan de slag te gaan. En hoewel het in de tekst voornamelijk gaat over de omgeving van cliënten, biedt deze tevens aanknopingspunten voor de inrichting van ruimten voor medewerkers.

Ik vind het een voorrecht dit boekje te hebben kunnen schrijven. Ik hoop dat het kan bijdragen aan het scheppen van omgevingen waar een helende werking van uitgaat naar zowel cliënten, ouders als medewerkers.

Annemieke Korte
Maart 2010

Inleiding

Hoewel we het ons meestal niet zo bewust zijn, ondergaan we doorlopend invloeden vanuit onze omgeving. Van de omgeving gaat invloed uit op onze gezondheid, onze stemming en ons bewustzijn. Dit verloopt volgens algemene wetmatigheden, waarbij echter ook persoonlijke voorkeuren en onze lichamelijke en psychische gesteldheid een rol spelen.

In dit boekje gaat het over de omgeving van cliënten met ontwikkelingsstoornissen, psychiatrische problematiek en een verstandelijke beperking. Deze mensen zijn extra ontvankelijk voor omgevingsinvloeden. We willen laten zien hoe de omgeving voor hen zo kan worden ingericht dat deze optimaal bijdraagt aan zorg en behandeling. Naast algemene uitgangspunten zullen we ingaan op cliënten met verschillende hulpvragen.

De antroposofie vormt de belangrijkste inspiratiebron voor dit boekje. In het eerste hoofdstuk lichten we de antroposofische mensvisie kort toe, omschrijven we het begrip 'helende omgeving' en gaan we op zoek naar criteria waaraan een helende omgeving voor deze doelgroep moet voldoen.

1 Helende omgeving: uitgangspunten



1.1 Visie op zorg en behandeling

De antroposofische visie is een holistische visie, waarin de mens als een lichamelijk, psychisch en spiritueel wezen met een individuele levensopgave wordt beschouwd. Uitgangspunt is dat de unieke wezenskern van ieder mens 'gezond' is.

De zorg- of behandelsituatie wordt gezien als een situatie waarin niet alleen cliënten maar ook medewerkers tot verdere ontwikkeling kunnen komen. Cliënt en medewerker kunnen zich daarbij aan elkaar ontwikkelen. Het thema 'verbinding' is een sleutelbegrip. Alleen wie zich verbindt met zichzelf, met anderen en met zijn omgeving, kan zich eraan ontwikkelen en ervan leren. Voor cliënten met ontwikkelingsstoornissen is het moeilijk zich te verbinden met zichzelf en de wereld om hen heen. Ze hebben extra ondersteuning nodig en een omgeving die specifiek op hen is afgestemd.

We noemen een omgeving helend wanneer die de cliënt aanspreekt in al zijn aspecten. Een helende omgeving brengt cliënten beter in evenwicht en vormt een basis voor verdere ontwikkeling. Natuur, kunst en cultuur en spiritualiteit worden beschouwd als bronnen van gezondheid en ontwikkeling'. In dit boekje laten we zien hoe uit deze bronnen kan worden geput bij het tot stand brengen van een helende omgeving.

1.2 Cultuur

Bij het creëren van een helende omgeving heb je te maken met zowel materiële voorwaarden als de betrokkenheid van medewerkers bij de omgeving. In deze paragraaf gaan we in op die betrokkenheid: 'de cultuur van de helende omgeving', een cultuur waarin medewerkers aandacht en zorg hebben voor de omgeving. En waaraan ook cliënten – naar vermogen – bijdragen.

Zoals gezegd is het voor cliënten vaak moeilijk zich te verbinden met hun omgeving. Daarom is het essentieel dat

begeleiders een houding van interesse, verwondering en respect voor de omgeving 'voorleven'. Dit stimuleert cliënten open te staan voor hun omgeving en er een eigen verbinding mee aan te gaan. Dit vormt de basis voor het vergroten van hun autonomie en zelfstandigheid. De omgeving is niet los te zien van het grotere geheel waarvan wij deel uitmaken. Een besef van verantwoordelijkheid voor de aarde hoort dan ook bij een cultuur zoals hier wordt bedoeld.

Cultuur van de helende omgeving

- Ieder zorgt naar vermogen voor de omgeving
- Interesse, verwondering en respect voor de omgeving worden voorgeleefd
- Er heerst een besef van verantwoordelijkheid voor de aarde

Om cliënten goed te kunnen begeleiden, is het essentieel dat medewerkers inzicht hebben in hoe de cliënt zijn omgeving beleeft. In de volgende paragraaf gaan we daar verder op in. Voor het verkrijgen van meer inzicht in hoe cliënten hun omgeving beleven, verwijzen we naar de inleef-oefening in hoofdstuk 3.

1.3 Basisbehoeften van de doelgroep

Wanneer een goed geïntegreerd, gezond mens te maken heeft met een voor hem onprettige omgeving, dan kan hij dit meestal wel enigszins compenseren. Hij is in staat afstand te nemen van de omgeving en er aanpassingen aan te doen. Voor mensen met ontwikkelingsstoornissen is dit veel moeilijker. Zij zijn relatief sterk afhankelijk van hun omgeving. Vanwege hun problematiek is die voor hen vaak moeilijk te begrijpen. Ze hebben vooral baat bij een voor hen herkenbare en begrijpelijke omgeving.

Veel cliënten kunnen informatie niet goed ordenen en integreren, wat leidt tot onrust en angst. Vooral bij zeer



sensitieve cliënten ('uitvloeiend/te open'²) en bij cliënten met stoornissen in het autistisch spectrum kunnen indrukken overweldigend binnenkomen. Omdat ze hierover vaak niet goed kunnen communiceren, kan dit tot probleemgedrag en agressie leiden.

Zonwering

Een man van 28 jaar met een ernstige verstandelijke beperking en autisme trekt in de gang met enige regelmaat de gordijnen eraf. Het duurt een poos voor duidelijk wordt dat hij het felle licht dat hier naar binnen schijnt, niet verdraagt. Na de installatie van goede zonwering houdt hij op aan de gordijnen te trekken.

Prikkelgevoelige en onrustige cliënten hebben baat bij een omgeving waarin prikkels worden gedoseerd, afhankelijk van hun problematiek en mogelijkheden. Sommigen hebben af en toe ook behoefte aan sterke prikkels, bijvoorbeeld cliënten die moeilijk geactiveerd kunnen worden ('te traag/te zwaar'³). Cliënten met hechtingsstoornissen hebben vaak last van een verstoorde relatie tot de omgeving. Deze cliënten hebben houvast aan een veilige, degelijke omgeving waar continuïteit is en duidelijke normen gelden voor de omgang ermee.

'Verhuizen'

Een meisje van 12 met een lichte verstandelijke beperking, een hechtingsstoornis en ernstige gedragsproblematiek verandert om de drie dagen haar kamer. Bed, kast en tafeltje verhuizen steeds van plaats. Haar kamer doet onveranderlijk rommelig en niet gerieflijk aan.

Het gedrag van dit meisje komt voort uit innerlijke onrust en onbehagen, ook op het lichamelijke vlak. Na overleg met haar behandelaar wordt zij beperkt in dit gedrag. Samen met haar wordt gezocht naar een passende indeling van haar kamer.

Vanuit het multidisciplinaire team wordt uitwendige therapie voorgeschreven die haar kan helpen zich meer thuis te gaan voelen in haar lichaam⁴. Een half jaar later krijgt zij kunstzinnige therapie⁵. Tijdens deze therapie maakt ze een mooie schildering van een beer met haar jong in een warm hol. De schildering wordt opgehangen in haar kamer. Zij is er erg trots op. De schildering blijft een aantal jaren hangen. In de loop van drie jaar laat dit meisje meer innerlijke rust zien. De behoefte om haar kamer te veranderen blijft in moeilijke perioden in beperkte mate bestaan.

Veel cliënten hebben een beperkte impulscontrole. Dit vraagt vooral om een veilige omgeving, bijvoorbeeld met voorwerpen die geen gevaar opleveren en het aanbieden van duidelijke fysieke begrenzingen. Cliënten met meervoudige handicaps zijn sterk gebonden aan hun omgeving. Dit maakt hen er extra afhankelijk van. Ook bij hen speelt in veel gevallen een communicatieprobleem. Wanneer ze ergens last van hebben, kunnen ze dit vaak niet of nauwelijks aangeven. Deze doelgroep vraagt om zorgvuldig waarnemen wat hun behoeften ten aanzien van de omgeving zijn. Voor alle cliënten geldt dat de omgeving geen angst, onrust of depressie mag uitlokken. Dit geldt bij uitstek voor cliënten met psychiatrische problematiek, zoals onverwerkte trauma's, psychosen en angststoornissen.

Criteria voor de inrichting van de omgeving: deze gelden in wisselende mate, afhankelijk van het niveau, de problematiek en de mogelijkheden van cliënten

- Herkenbaar en duidelijk
- Veilig
- Gedoseerde prikkels
- Continuïteit
- Geen angst, onrust of depressie uitlokkend
- Duidelijke normen ten aanzien van hoe met de omgeving wordt omgegaan

Deze criteria vormen de basis voor het scheppen van een veilige, passende omgeving die ertoe kan leiden dat veel zogenaamde 'gedragsproblemen' afnemen. Wanneer de omgeving echter alleen wordt ingericht volgens deze criteria, kun je nog niet spreken van een helende omgeving. Via een helende omgeving wil je immers de cliënt in al zijn facetten aanspreken. Daarover meer in de volgende paragraaf.

1.4 Een helende omgeving

Wat kenmerkt een helende omgeving en hoe spreekt deze de hele cliënt aan?

Een helende omgeving:

- Straalt zorg en aandacht uit
- Bevat natuurlijke elementen en biedt mogelijkheden tot contact met de natuur
- Biedt ervaringen van schoonheid en bevat kunstzinnige elementen
- Vormt een uitdrukking van de eigenheid van haar gebruikers

Wanneer een omgeving zorg en aandacht uitstraalt, geef je cliënten de boodschap dat ze zo'n omgeving waard zijn. Dit draagt bij aan hun zelfbewustzijn en bevordert lichamelijk en psychisch welbevinden.

Door contact met de natuur en natuurlijke elementen in de omgeving word je als levend wezen aangesproken. Dit versterkt de lichamelijke en psychische gezondheid.

Ervaringen van schoonheid en kunstzinnige elementen voeden de ziel. Ze bieden tegenwicht aan gevoelens van angst of innerlijke leegte. Ook de diepere individuele kern van de cliënt kan erdoor worden aangesproken.

Bij het vormgeven van de omgeving worden de eigenheid en autonomie van cliënten gerespecteerd en gestimuleerd. Cliënten worden gestimuleerd zoveel mogelijk eigen keuzen te maken met betrekking tot hun omgeving. Daarbij is het van belang dat de omgeving iets van henzelf uitdrukt omdat dit een beleven van samenhang bevordert. Dit geldt ook wanneer de omgeving iets eigens uitdrukt van de afdeling of groep waartoe de cliënt behoort.

Uiteraard kan aan de hier beschreven principes op verschillende manieren uitdrukking worden gegeven. Afhankelijk van doelgroep en locatie kunnen verschillende accenten worden gelegd.

Plaatsen waar 'heelheid' van uitgaat, hebben altijd iets unieks omdat ze de motivatie en bezieling van de mensen die er wonen en/of werken tot uitdrukking brengen.

Bovendien hebben sommige plaatsen van zichzelf een positieve energie die hieraan kan bijdragen⁶.

2 Organische architectuur



De organische architectuur is een pluriforme architectuurstroming, ontstaan aan het begin van de vorige eeuw. We bespreken hier principes van organische architectuur die binnen de antroposofie zijn ontwikkeld. Kenmerkend zijn de gezichtspunten over de werking van vormen op het menselijk organisme⁷.

2.1 Herkenbaar, natuurlijk en afgestemd op de omgeving

Een gebouw moet natuurlijk op de eerste plaats functioneel zijn; het dient te beantwoorden aan het doel waarvoor het is gebouwd. Iets van die functionaliteit zou aan de buitenkant beleefbaar moeten zijn. Wanneer dat niet zo is, kan dit leiden tot desoriëntatie en gevoelens van vervreemding.

Herkenbaar

Het onderkomen van groep 1 en 2 van een school voor Speciaal Onderwijs wordt apart aangebouwd aan het hoofgebouw. Deze laagbouw heeft een gemoedelijkere en speelsere uitstraling dan het deel voor leerlingen vanaf 7 jaar. Zo is aan de buitenkant al beleefbaar waarvoor dit bouwdeel is bedoeld.

Bij het ontwerpen worden vormprincipes gebruikt die zijn ontleend aan de natuur; aan de minerale of de plantenwereld of aan het menselijk lichaam. Door dit soort vormprincipes vindt bij gebruikers op onbewust niveau 'herkenning' plaats, wat het lichamenlijk welbevinden bevordert (zie ook 2.2). Inrichting en kleurgebruik sluiten hier zoveel mogelijk bij aan. De ervaring van lichamenlijk welbehagen is een belangrijke basis voor de kinderlijke ontwikkeling. Maar ook bij volwassenen is deze ervaring van invloed op gezondheid en stemming.

'Meestromen'

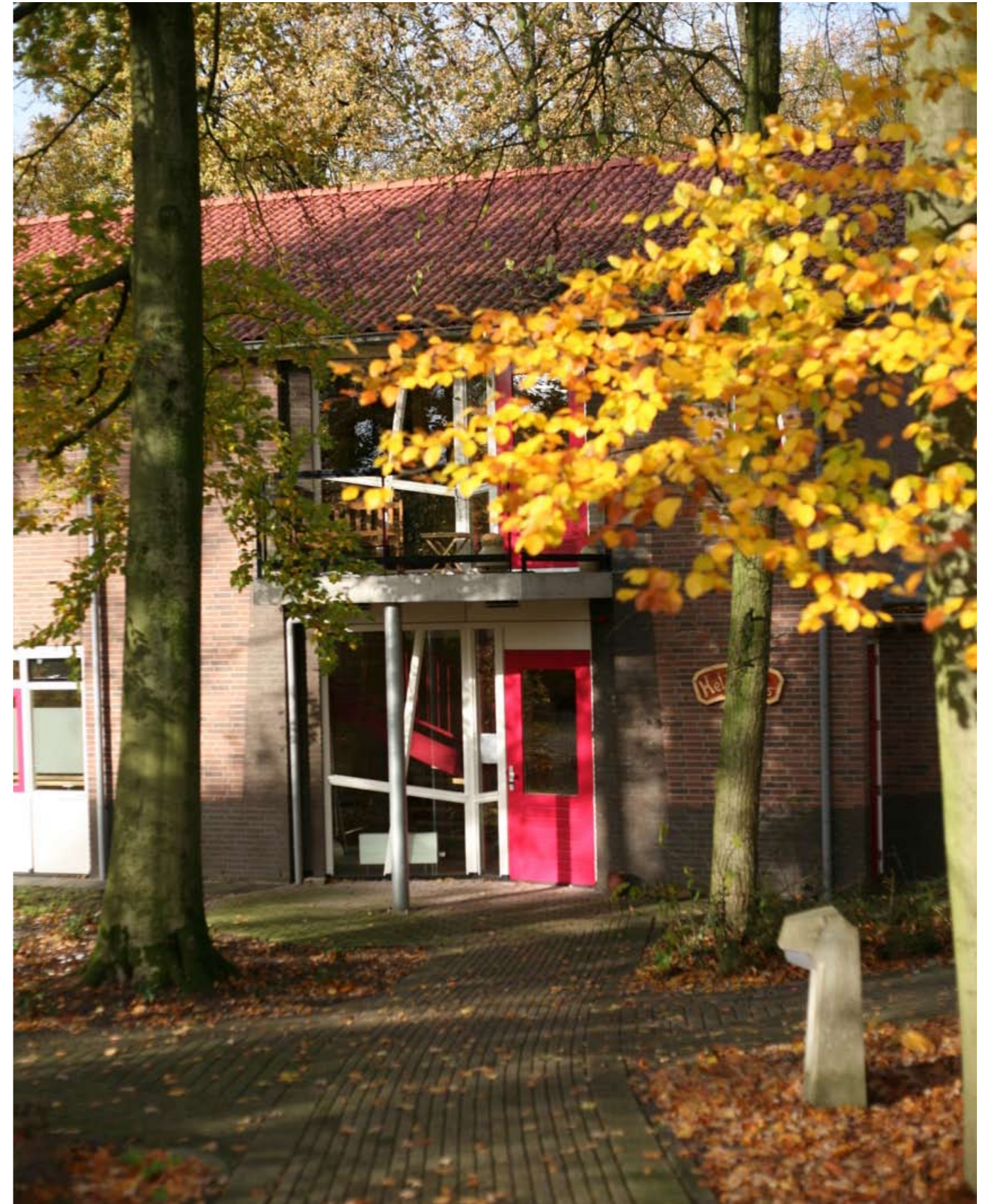
In een medisch-therapeutisch centrum is de gang vormgegeven in een lichte golfbeweging en geschilderd in zachte, in elkaar overlopende kleuren. Het geheel maakt een prettige, rustgevende indruk. Het valt op dat overbeweeglijke kinderen en jongeren in deze gang minder geneigd zijn te gaan rennen. De gang nodigt uit tot 'meestromen'.

Bij het ontwerpen van gebouwen wordt gestreefd naar afstemming met de omgeving, met de vormen van het landschap, met omringende gebouwen of met de omringende natuur. Zo worden gevoelens van samenhang en verbondenheid gestimuleerd en versterkt.

Samenhang en verbondenheid

Woon-werkgemeenschap Bronlaak voor volwassen zorgvragers is gelegen op een bosrijk terrein. De woonhuizen zijn organisch vormgegeven. Bij de bouw ervan is rekening gehouden met bestaande bomen. De afscheidingen van de tuinen verlopen in vloeiende lijnen. Op een aantal plaatsen staan kunstvoorwerpen, waarvan sommige van hout en wilgentakken.

De materialen die bij organisch bouwen worden toegepast, zijn bij voorkeur natuurlijk en soms streekgebonden. Natuurlijke materialen zijn levendiger dan kunststof en stellen de gebruikers in staat een relatie met de levende omgeving te ervaren. Ook bieden ze de zintuigen gedifferentieerdere indrukken (zie ook 4.3). Door duurzaam en energiezuinig te bouwen, houd je rekening met het milieu en dat sluit goed aan op bovenstaande principes. Zonnepanelen, warmteopvang in de bodem of daglichtkokers zijn goede opties. Ook de bouwbiologie sluit hier goed op aan. De bouwbiologie richt zich op het verbeteren van het interne klimaat door gebruikmaking van, onder andere, ademende muren, water en planten en het nemen van maatregelen tegen electrostress⁸.





'We shape our buildings, and afterwards they shape us' (W. Churchill)

2.2 Vormgeving en gezondheid

De vormen die ons omringen tasten we met onze ogen voortdurend af. We verplaatsen ons er onwillekeurig in en bootsen hen onbewust innerlijk na. Ook met ons bewegingsapparaat en ons evenwichtsgevoel stemmen we af op wat ons omringt. De indrukken die we hierbij opdoen, hebben op den duur een vormend effect op ons organisme⁹.

Lievegoed spreekt in dit verband over organische vormgeving als een bron van gezondheid. Hij pleit voor wat hij een 'levende bouwkunst' noemt. Hij geeft aan hoe een verstarrende werking uitgaat van het omgeven zijn door rechte lijnen en hoeken en veel mathematische herhaling. Een dergelijke omgeving werkt volgens hem verzwakkend op de vitaliteit¹⁰. Ook ons denken wordt beïnvloed door de

omgeving. Wanneer wij voornamelijk zijn omgeven door kubusachtige vormen gaan we lineair en minder creatief denken. Een levende bouwkunst zoekt daarom naar een plastische wijze van vormgeven, gebruikmakend van ritmen en natuurlijke vormprincipes. Dit stimuleert ontwikkeling, vitaliteit en beweeglijkheid in het denken.

Rafaëlgebouw

Dit gemeenschapsgebouw voor kinderen en jongeren met een verstandelijke beperking en complexe problematiek ligt in een 'omhullend gebaar' rond een voorpleintje waar kinderen, jongeren en medewerkers elkaar kunnen ontmoeten.

De deuren naar de zaal zijn van dik, massief hout. Ze hebben iets van een poort. Wanneer je erdoorheen gaat, onderga je een enigszins plechtig gevoel. Aan de overzijde bevinden zich, in een ritmisch verloop, hoge smalle ramen tot aan het plafond. Buiten zie je de toppen van de bomen en de hemel, wat een verstillend effect heeft. Omdat de ramen vrij smal zijn, verlies je je niet in de buitenruimte. De wanden en het plafond kennen verschillende vlakken en hoeken waarbij veel gebruik is gemaakt van hout. Dit geeft beweeglijkheid aan de ruimte zonder dat het druk wordt.

Regelmatig zijn cliënten of medewerkers gehuisvest in niet-organisch vormgegeven gebouwen. Door middel van een interne verbouwing en het gebruik van natuurlijke kleuren en materialen kan deze ruimten toch een enigszins organisch karakter worden gegeven.

Niet alleen voor cliënten is organische vormgeving werkzaam. Ook de medewerker kan iets van de helende invloed ervan ondergaan. Om organische vormgeving op haar waarde te schatten, kan het helpen eerste reacties van 'mooi' of 'niet mooi' op te schorten. Laat het gebouw op je inwerken en kijk wat het met je doet, zowel op lichamelijk, psychisch als geestelijk niveau.

3 Cultuur

Dit hoofdstuk over de cultuur van de helende omgeving behandelt de zorg, aandacht en interesse voor de omgeving en de eigen verantwoordelijkheid van cliënten.

3.1 Aandacht en zorg

Soms kom je ergens binnen en heb je direct een prettig gevoel. Dat kan door de inrichting van de ruimte komen maar ook door de zorg en aandacht die eraan zijn besteed. Niet alleen of een ruimte hygiënisch en schoon is, is belangrijk maar ook de aandacht die je aan een ruimte geeft. Aandacht doet iets met de energie en de sfeer van een ruimte. Zo'n ruimte nodigt uit om er te zijn en wekt positieve gevoelens. Soms is een ruimte qua inrichting niet ideaal, maar werkt deze toch positief omdat er vanuit betrokkenheid voor gezorgd en in geleefd wordt. Het tegenovergestelde kan ook. Denk maar aan een verwaarloosde ruimte, een trappenhuis of een parkeerterrein bijvoorbeeld. Misschien zwerft er rommel of ruikt het er vies. Zo'n plek roept gevoelens van angst en onveiligheid op en lokt grensoverschrijdend gedrag uit. Veel cliënten zijn extra gevoelig voor dit soort invloeden.

Heel

In een woongroep voor kinderen van 6 tot 10 jaar met hechtingsstoornissen, ADHD, veel gedragsproblematiek en een lichte of matige verstandelijke beperking komt elke woensdagmiddag de technische dienst langs voor onderhoud en reparaties.

Het begeleiderteam ontdekt tot zijn verrassing dat er op de woensdagavonden minder agressie voorkomt dan op de daaraan voorafgaande avonden.

Aan het besteden van aandacht aan de omgeving zit ook een meditatief aspect. Als de begeleider erin slaagt gedurende korte momenten op de dag onverdeelde aandacht te schenken aan de zorg voor cliënten en de omgeving, kan dit een positief effect hebben op zijn vitaliteit¹¹. In de

literatuur wordt deze meditatieve houding ook wel 'mindfulness' genoemd¹². Door de dingen met aandacht en interesse te doen, wordt stress gereduceerd, wat tevens een positieve doorwerking op cliënten heeft.

3.2 Interesse en verwondering

Het 'voorleven' van interesse in en verwondering over de omgeving wordt beschouwd als een basishouding in het werk. Zo'n houding stimuleert de cliënt zich bewust te worden van zijn omgeving en zich ermee te verbinden.

'Zen en de kunst van het fietsonderhoud'

In een behandelgroep voor kinderen tussen 8 en 13 jaar met een lichte verstandelijke beperking en psychiatrische problematiek zorgt een begeleider voor de fietsen. Op een zaterdagochtend leert hij een van hen zelf een band te plakken, twee anderen staan erbij. Het is interessant om samen te kijken waar het gaatje in de band zit. De binnenband wordt ondergedompeld in een emmer met water. Waar komen de luchtbelletjes uit? Hoe groot is het gaatje eigenlijk? Hoe lang moet het plaksel drogen? Alleen aan wie goed kijkt, laten de dingen hun geheim zien.

Een van de andere kinderen leert goed banden oppompen: dit wordt zijn 'specialiteit' in de groep. Het zal niet verwonderen dat in deze groep de kinderen zorgvuldiger met hun fietsen omgaan dan in andere groepen.

Interesse in en enthousiasme voor dergelijke dingen kan alleen worden overgebracht wanneer de begeleider zelf ook echt geïnteresseerd is. Uiteraard heeft elke begeleider andere interesses. De eigenheid van verschillende teamleden kan hierin naar voren komen.



3.3 Eigen verantwoordelijkheid

Wanneer cliënten op een passend niveau op hun verantwoordelijkheid worden aangesproken, stimuleert dit hun zelfstandigheid. Ook hun zelfbewustzijn en het gevoel 'erbij te horen' worden versterkt. Dit geldt ook voor het aanleren van milieubewust handelen voor wie daartoe in staat is. Denk aan: het licht uitdoen als je weggaat, het scheiden van afval of het meedoen aan een opruimactie voor zwerfvuil.

Een helende omgeving is een omgeving die zo harmoniserend mogelijk werkt op cliënten en die ook hun eigenheid en autonomie stimuleert. Dit kan soms spanningen

opleveren. Het is goed te beseffen dat dit erbij hoort. Wanneer een cliënt iets wil wat indruist tegen zijn behandeldoelen, dan zijn de afwegingen meestal niet zo moeilijk. Vaak ligt het echter gecompliceerder. Het hangt er ook vanaf of het kinderen, jongeren of volwassen cliënten betreft. Jongeren wil je bijvoorbeeld de kans geven zichzelf te ontdekken. Tegelijkertijd is er sprake van een opvoedingssituatie (zie ook 5.2). Een helende omgeving kun je alleen dan goed vormgeven als je in de gegeven situatie kijkt wat passend is.

The place 2 Be

Enkele behandelgroepen voor jongeren met psychiatrische problematiek en een lichte verstandelijke beperking zijn relatief prikkelarm ingericht. Op de wanden zijn voornamelijk zachte kleuren en er is - waar mogelijk - gebruikgemaakt van natuurlijke materialen. De soos daarentegen is ingericht volgens de smaak van de jongeren. Een grote cartoon in felle kleuren geeft aan dat dit 'the place 2 Be' is. Je vindt er een bar met kunststof barkrukken. Er zijn zitjes met rode pluche bioscoopstoelen en slingers van gekleurde lampjes. Aan een donkergrijze wand hangen dartborden, aan een andere wand fotocollages van gezamenlijke activiteiten. Voor de overige wanden zijn muurbrede schilderijen gepland.

Als je deze oefening uitvoert, zul je merken dat je veel meer waarneemt en weet van cliënten dan je je realiseert. Stap 2 en 3 van de oefening dienen om zorgvuldig af te stemmen op de cliënt. Hoe zorgvuldiger deze stappen worden gedaan, des te betrouwbaarder wordt de informatie. Zowel vragen op het gebied van inrichting als vragen met betrekking tot bejegening kunnen erdoor verhelderd worden. Vanzelfsprekend dienen de aanpassingen die naar aanleiding van deze oefening worden gedaan op hun effectiviteit te worden geëvalueerd.

3.4 Inleven in de beleving van de cliënt

Als je een ruimte wilt inrichten, op welke gronden doe je dat dan? Hoe voorkom je bijvoorbeeld dat beslissingen te veel zijn gebaseerd op de eigen smaak en voorkeuren van begeleiders?

De volgende methodische oefening kan helpen dit te voorkomen. Hij leert je door middel van inleving een ruimte te ervaren vanuit het perspectief van een cliënt¹³.

Inleefoefening

1. Kies een cliënt waar je (het liefst al langere tijd) mee werkt.
2. Probeer hem of haar heel exact en concreet in gedachten vóór je te zien. Focus daarbij op het uiterlijk van de cliënt.
3. Probeer nu voor je te zien hoe deze cliënt beweegt. Hoe loopt de cliënt? Hoe gaat hij of zij zitten?
4. Ga nu zelf lopen en bewegen als de cliënt. Neem hiervoor de tijd.
5. Ga vervolgens ergens in de ruimte zitten of staan, bijvoorbeeld op de plek aan tafel van de cliënt. Loop ook eens rond. Blijf hierbij in je 'rol' van cliënt.
6. Registreer wat de ruimte met jou als cliënt doet en vraag je af:
 - Is dit wat je de cliënt zou toewensen?
 - Wat werkt goed en wat zou anders kunnen?



4 Inrichting

Hoe richten we gemeenschappelijke ruimten in? Hoe bekijken we bestaande ruimten met frisse ogen?

4.1 Duidelijk en herkenbaar

De herkenbaarheid van een ruimte wordt vergroot wanneer die ruimte een duidelijke structuur heeft en de verschillende functies ervan goed te onderscheiden zijn. Kleuren, pictogrammen of afbeeldingen kunnen dit ondersteunen. Gedragsproblematiek neemt af wanneer herkenbaarheid zoveel mogelijk gewaarborgd is¹⁴.

Aandachtspunten

- Is de ruimte goed te overzien?
- Zijn de diverse functies van de ruimte goed gescheiden of te onderscheiden?
- Is duidelijk waar de verschillende deuren naartoe leiden?
- Zijn de pictoborden op orde?
- Is er voldoende opbergruimte en is duidelijk wat in welke kast hoort?
- Wat trekt de aandacht? Is dat ook wenselijk?

Vanwege de behoefte aan herkenbaarheid is het niet raadzaam de inrichting van ruimten regelmatig te veranderen. Mocht dit toch nodig zijn, dan kan de begeleider cliënten hierbij betrekken of hen erop voorbereiden.

'Overvallen'

Een jongen van 9 met een lichte verstandelijke handicap en autisme staat op de drempel van de groepsruimte. Hij durft niet naar binnen. Op de vraag van de begeleider wat eraan scheelt, antwoordt hij dat hij bang is. Hij durft niet naar binnen omdat de bekleding van de bank is veranderd zonder dat hij het wist. Deze bekleding is van donkerblauw veranderd in donkerrood.

Het gevoel van veiligheid wordt versterkt wanneer cliënten de gebeurtenissen in een ruimte voldoende zelf kunnen beïnvloeden of, indien nodig, zich eraan kunnen onttrekken. Bijvoorbeeld in hun eigen kamer of in een andere daarvoor geschikte ruimte zoals een time-out kamer. Sommige cliënten hebben behoefte aan een veilig plekje van waaruit ze een ruimte kunnen overzien.

4.2 Functioneel en degelijk

Groepskamers en andere ruimten worden in het algemeen intensief gebruikt. Zowel voor meubilair als gebruiksvoorwerpen geldt dat ze functioneel en degelijk moeten zijn. Dingen die gemakkelijk stukgaan dragen bij aan een gevoel van onveiligheid.



Vanwege hun moeite met informatieverwerking is het voor veel cliënten een hulp wanneer vorm en functie van gebruiksvoorwerpen overeenstemmen. Dit is bijvoorbeeld niet het geval bij bekers met voeten en een gezicht, of bij een thermoskan met een schroefdeksel in de vorm van een poezenhoofd. Dergelijke voorwerpen kunnen grappig zijn maar ze geven cliënten (te) veel niet-functionele informatie. Soms roepen ze ook angst op.

Wat het meubilair betreft kun je kiezen voor organische vormgeving in massief hout. De stevigheid hiervan heeft een veilig, aardend effect op onrustige, te 'open' of angstige cliënten.

4.3 Materialen

De voorkeur gaat uit naar natuurlijke materialen. Deze materialen bevorderen gevoelens van lichamelijk welbevinden, geborgenheid en warmte¹⁵ en bieden gedifferentieerdere waarnemingen, wat goed is voor de zintuigontwikkeling. Voor de inrichting van speelhoekjes worden voor zowel speelgoed als stoffering natuurlijke materialen aangeraden¹⁶.

Om gevoel te krijgen voor de kwaliteiten van verschillende materialen kun je het beste zelf experimenteren. Hoe voelt een kunststof tafelblad aan? Hoe voelt het verschil tussen een houten vrachtwagen en een van plastic, als je ermee speelt?

Waarachtigheid is ook een criterium bij de keuze van materialen. Met waarachtigheid bedoelen we de overeenkomst tussen de visuele vorm van iets en wat het werkelijk is. Dit is bijvoorbeeld niet het geval bij kunststof materialen met daarop fotoprints van hout of steen.

Waarachtigheid geeft mensen houvast. Voor wie moeite heeft zich te oriënteren in de wereld kan de waarachtigheid van materialen een hulp zijn¹⁷.

Natuurlijk moet de keuze voor natuurlijke materialen afgewogen worden tegen eisen met betrekking tot reiniging en onderhoud. Wat betreft reinigingsmiddelen genieten milieuvriendelijke middelen de voorkeur. Die zijn niet alleen beter voor het milieu, ze zijn vaak ook aangener in het gebruik en beter voor de gezondheid.

4.4 Stoffering

Materialen als katoen, wol en leer genieten de voorkeur bij stoffering, waarbij eisen met betrekking tot brandveiligheid en eventuele allergieën van gebruikers ook een rol



spelen. De vloerbedekking heeft bij voorkeur een donkerder tint dan de muren, eventueel licht gemêleerd. Voor gordijnen en vloerbedekking worden drukke motieven ontraden.

Vitrage voor de ramen dient als een vorm van afscheiding van de buitenwereld waardoor de aandacht van prikkelgevoelige cliënten niet teveel naar buiten gaat.

Afleiding

In een behandelgroep op de afdeling kinderpsychiatrie, met kinderen tussen 8 en 14 jaar, wordt gegeten aan twee tafels met uitzicht op een rustig aandoende tuin. Het is een levendige groep met veel prikkelgevoelige kinderen.

Vier kinderen eten aan een tafel waarbij het raam op zithoogte is afgeplakt. Bij de tafel van de andere vier kinderen kun je gewoon naar buiten kijken. Op een gegeven moment wordt duidelijk dat de maaltijden aan deze tafel vaak onrustiger verlopen. Al komt er maar een vogeltje voorbij, dan zitten twee van de kinderen omgedraaid op hun stoel en nemen zij de andere kinderen mee in dit gedrag. Nadat er vitrage is aangebracht, verloopt de maaltijd rustiger.



Gordijnen en vitrage geven een warme indruk. Luxaflex en plakplastic maken een koelere indruk en kunnen in prikkelarm ingerichte ruimten een kaal effect hebben. Op plaatsen waar veel agressie voorkomt, kan worden gekozen voor ‘molestbestendige’ gordijnen¹⁸.

4.5 Schoonheid

Schoonheid en kunstzinnigheid worden gezien als helende factoren in de leefomgeving. Hierbij gaat het om de aandacht voor details zoals: hoe schik je bloemen in een vaas? Maar ook over afbeeldingen aan de wand, wat er wordt geknutseld of het gebruik van een zondags servies¹⁹. Wat betreft wandversiering bieden waarheidsgetrouwe en herkenbare afbeeldingen cliënten het meeste houvast. Deze mogen geen angst, onrust of depressie oproepen. Karikaturale afbeeldingen, zoals bepaalde afbeeldingen van stripfiguren, kunnen vervreemden en beangstigen en bieden weinig ruimte voor de eigen fantasie (zie ook 7.3). Jongeren en volwassen cliënten dienen zoveel mogelijk bij de keuzen van afbeeldingen te worden betrokken.

Kunst

Een woongroep voor cliënten met een verstandelijke beperking, allen tussen 20 en 40 jaar, heeft een heterogene samenstelling.

Deze groep heeft een abonnement bij de Kunstuitleen. Om de paar maanden gaat een delegatie van de groep hiernaartoe. De keuze voor het nieuwe schilderij wordt gemaakt door cliënten in samenspraak met begeleiders. Het kiezen is een sociale oefening: degenen die meegaan moeten zich immers inleven in wat de andere groepsleden van het schilderij zullen vinden. In het algemeen worden kleurige afbeeldingen gekozen. Veelal figuratief, soms deels figuratief deels abstract.

Een zekere eenheid in wandversieringen werkt rustgevend. Voor oppervlakten die veel aandacht trekken, kun je reproducties in stevige lijsten kiezen of geweven wandkleden. Wandkleden zijn vaak decoratief, hebben een warm effect en dempen geluid.

Het ophangen van werk dat door cliënten zelf is gemaakt, kan bijdragen aan hun gevoel van eigenwaarde en plezier maar het kan ook onrust geven en cliënten confronteren met hun onvermogens. De omgang hiermee vraagt om zorgvuldige afweging.



4.6 Geluid en luchtkwaliteit

Geluidsoverlast moet zoveel mogelijk worden beperkt. Slechte akoestiek, beperkte afwerking van vloeren en wanden of audiovisuele apparatuur die te hard of bij wijze van achtergrond aanstaat, vormt een bron van onrust en agressie.

Cliënten met stoornissen in het autistisch spectrum, cliënten met ADHD en ‘te open’ cliënten reageren hier extra gevoelig op.

Geluid

“...wist je ook dat piepende auto’s pijn doen aan mijn oren, wist je ook hoe het pijn doet als de bediening van microfoons gewoon doorslaat? Ook andere geluiden doen pijn zoals (...) gesprekken van opvoeders en andere echte uitverkorenen: ze praten zo druk en door elkaar, het volume en het doorelkaar zijn ondraaglijk...” *Uit: ‘Ik wil geen in-mij meer zijn. Berichten uit een autistische kerker’ B. Sellin (twintig jaar)* ²⁰.

Goede akoestiek is ook belangrijk voor slechtziende cliënten, aangezien zij zich immers oriënteren met behulp van geluid. Slechtziendheid komt relatief veel voor bij mensen met een verstandelijke beperking²¹.

Ook de luchtkwaliteit heeft effect op stemming en gedrag. Te warme, vochtige of benauwde ruimten hebben een negatief effect op de concentratie en maken prikkelbaar. Nare geuren vallen direct op. Hoewel je er na enkele minuten aan gewend bent, blijven ze onbewust doorwerken. Goed en regelmatig luchten is belangrijk. Het gebruik van chemische luchtverfrissers wordt hierbij ontraden. Er zijn luchtverfrissers op natuurlijke basis verkrijgbaar.

4.7 Verlichting

Bij verlichting gaat het zowel over functionaliteit als over kwaliteit.

Aandachtspunten

- Beantwoordt de verlichting aan de doelstellingen van de ruimte?
- Hoe is het evenwicht tussen functionele verlichting en sfeerverlichting?
- Is de verlichting aangepast aan de specifieke problematiek van cliënten?
- Zijn de armaturen veilig en stevig?
- Is het 's nachts voldoende donker met goede oriëntatieverlichting?

Specifieke problematiek rond verlichting speelt onder andere bij meervoudig gehandicapte cliënten, bij cliënten met epilepsie en bij slechtziende en oudere cliënten. Bij cliënten met meervoudige handicaps die in een bepaalde houding zitten of liggen, dient erop gelet te worden dat zij het licht niet direct in de ogen krijgen. Harde, glimmende oppervlakken kunnen licht sterk weerspiegelen en daardoor hinder geven. Bij bepaalde vormen van epilepsie kan lichtgevoeligheid een rol spelen. Flikkerend (zon)licht en flikkerende beeldschermen kunnen epileptische aanvallen veroorzaken. Slechtziende en oudere cliënten hebben een bovengemiddelde lichtbehoefte²². Bij oudere en dementerende cliënten kan een goed lichtniveau gedurende de dag leiden tot slaapverbetering en vertraging van cognitieve achteruitgang. Zoveel mogelijk daglicht heeft de voorkeur. Indien nodig kan het gebruik van daglichtlampen worden overwogen.

Slechtziend

Een slechtziende jongen van 6 jaar met een meervoudige handicap moet worden gevoerd bij het eten. In het algemeen werkt hij hier goed aan mee. Nadat de zitplaatsen aan tafel zijn veranderd, weigert hij echter regelmatig zijn mond te openen. Na enig zoeken blijkt dat op de nieuwe plaats waar hij zit een lichte schaduw valt, waardoor hij de lepel niet kan zien aankomen.

Het belang van daglicht is tegenwoordig voldoende bekend. Daglicht is een levende vorm van licht. Door de veranderende stand van de zon en de weersomstandigheden varieert het gedurende de dag. Bij een tekort aan daglicht kunnen slaapstoornissen, depressieve gevoelens, stress en concentratiestoornissen optreden. Wat betreft de verschillende kwaliteiten van kunstlicht het volgende. Gloeilampen en halogeenlampen werken volgens het principe van verhitting²³. Ze produceren licht door verhitting van een gloeidraad, waardoor hun uitstraling relatief warm is. Dit veroorzaakt met name bij gloeilampen een hoog energieverbruik en daarom worden ze op termijn uit de handel gehaald. TL-buizen en spaarlampen produceren licht door middel van ontlading van elektronen. Deze lampen zijn energiezuiniger maar doen minder warm aan. Vergeleken met halogeen- of gloeilampen geven spaarlampen een diffuus licht wat soms onrustig kan aandoen. In leefruimten van jonge kinderen en prikkelgevoelige cliënten is het zonder onderscheid toepassen van de huidige spaarlampen niet aan te raden. Led-verlichting is rustig licht. Dit licht 'straalt' echter niet, waardoor het kil en onnatuurlijk aanvoelt. De ontwikkelingen rondom kunstlicht verlopen erg snel. Het is aan te raden in gegeven situaties zelf goed te onderzoeken wat passend is.

5 De eigen kamer

Voor cliënten is de eigen kamer meestal de enige plek die helemaal van henzelf is. Iets van hun eigen achtergrond en interesses kan hier tot uitdrukking komen. Vaak spelen ook ouders hierin graag een rol.

5.1 Slaapkamers van kinderen

Jonge, angstige of 'te open' kinderen hebben extra omhulling nodig. Je kunt dan het plafond meeschilderen in de kleur van de muren. Een wit plafond suggereert namelijk meer ruimte. Een andere mogelijkheid is een 'hemeltje' aan het hoofdeind van het bed (gebruik geen brandgevaarlijke materialen). Vanwege de hygiëne ligt er vaak linoleum op de vloer. Een vloerkleedje voor het bed is dan geen luxe, anders zit het kind 's ochtends direct met de blote voeten op een koude vloer. Bepaalde kinderen, met name kinderen met hechtingsstoornissen, kunnen directe aandacht soms niet goed hanteren. Op een indirecte wijze kun je deze kinderen wel aandacht geven via de zorg voor hun kamer en hun spulletjes.

Aandacht voor de slaapkamer

Een zeer angstige jongen van 9 met een lichte verstandelijke beperking en een ernstige hechtingsstoornis vertoont veel weggelooptgedrag. Hij zoekt steeds aandacht bij de groepsleiding maar kan deze aandacht niet hanteren. Daarnaast heeft hij inslaapproblemen. In het behandeloverleg wordt besloten hem op een indirecte manier aandacht te geven via de zorg voor zijn kamertje en zijn spullen.

De mentor van de jongen doet de in par. 3.4 beschreven inleefoefening en krijgt zo meer zicht op hoe bepaalde dingen in zijn kamer verbeterd kunnen worden. Twee keer per week besteedt ze op vaste momenten ongeveer tien minuten aandacht aan zijn kamer. Soms door op te ruimen of iets te repareren, een andere keer door bijvoorbeeld een nieuwe afbeelding in een lijst te doen en op te hangen. De jongen is hierbij aanwezig. Hij mag meehelpen, maar dat hoeft niet. Deze regelmatige vorm van indirecte aandacht geeft de jongen houvast en rust, hij gaat uitkijken naar deze momenten en vaker actiever meedoen. Ook slaapt hij na verloop van tijd wat gemakkelijker in.

Kinderen hebben steeds meer speelgoed, spulletjes en knuffels. Het – in samenspraak met kind of ouders – wegbergen van een deel ervan geeft ruimte. Ordening en een beperkte hoeveelheid speelgoed stimuleren het spel en dragen ertoe bij dat kinderen en begeleiders beter in staat zijn op te ruimen. Dit vraagt de nodige zorg, maar het levert houvast en rust op. Een effen spreij in dezelfde kleur als de gordijnen kan zonodig zorgen voor extra prikkelreductie²⁴.

5.2 De eigen kamer van jongeren en volwassen cliënten

In de puberteit hebben jongeren de behoefte op allerlei gebieden te experimenteren en zo zichzelf te ontdekken. Dit geldt ook voor de inrichting van hun kamer. Het respecteren van die vrijheid betekent niet dat je hen maar hun gang moet laten gaan. Jongeren zoeken juist naar waar opvoeders en de mensen in hun omgeving voor staan, ook op het gebied van inrichting en zorg voor hun spullen. Ook (jong)volwassenen hebben vaak nog begeleiding nodig om te komen tot meer zelfstandigheid met betrekking tot hun omgeving. Hier volgt een voorbeeld van een cliënte die na enige jaren zelf ontdekt wat positief voor haar werkt.

Dichte kastdeurtjes

Op de kamer van een vrouw van 38 jaar met een matige verstandelijke beperking, een hechtingsstoornis en een grote verzameldrang is het meubilair aan vernieuwing toe. Deze cliënte geeft aan voortaan minder open kastruimte te willen. In haar eigen woorden: "Dichte kastdeurtjes maken mij minder druk."

Bij het toebedelen van de kamers is het goed rekening te houden met de aard van de cliënt. Een kamer op het oosten, bijvoorbeeld, kan gunstig werken voor cliënten met een neiging tot zwaarmoedigheid. Ook kleurgebruik afgestemd op de behoefte van een specifieke cliënt kan positief werken. In het volgende hoofdstuk daarover meer.



6 Kleuren



Wat zijn de mogelijkheden van het werken met kleur in het interieur²⁵? Eerst leggen we uit wat we verstaan onder organisch kleurgebruik. Daarna beschrijven we de werking van verschillende kleuren.

6.1 Organisch kleurgebruik

Kleuren hebben een krachtige werking op de stemming en de fysiologie van mensen.

Bij organisch kleurgebruik genieten natuurlijk aandoende kleuren de voorkeur. Ook belangrijk is wáár kleuren worden aangebracht: gebruik donkerder kleuren onderaan een muur en lichtere kleuren bovenaan. Aardetinten, zoals oker, gebrande siënna en bruin passen goed op de grond. Het kunnen ‘aarden’ in een ruimte wordt erdoor versterkt. En zoals in de natuur nergens volkomen egale kleurvlakken te vinden zijn, kan men in het interieur kiezen voor het aanbrengen van kleurnuances. Dit kan bijvoorbeeld via de glaceer- of sluiertechniek. Bij deze techniek worden transparante kleurlagen over elkaar aangebracht, wat een indruk van levendigheid en doorzicht geeft²⁶. Deze techniek sluit aan bij de werking van het menselijk oog. Het menselijk oog is op een subtiele manier namelijk steeds op zoek naar beweging en contrast.

Harde, felle kleuren dienen vermeden te worden. Deze dringen zich teveel op en verhinderen het gevoelsmatig ‘ademen’ in een ruimte. Zachte kleuren lokken je naar hen toe en helpen om gevoeliger te worden voor kleur. Zachte pasteltinten zijn geschikt voor prikkelarme ruimten.

Pittige kleuren kunnen eventueel worden gebruikt om accenten aan te brengen en om cliënten die moeilijk in beweging kunnen komen te activeren.

In elkaar overlopende kleuren maken dromerig.


Kleurcontrast maakt wakker. Met deze effecten kun je spelen, afhankelijk van de behoeften van de doelgroep.

6.2 Kleurenspectrum

Hoe werken kleuren? Wat zijn de mogelijkheden van het werken ermee? De beschrijving hieronder wil hiervan een indruk geven. In de praktijk is het goed advies in te winnen bij een kunstzinnig therapeut. Die kan kijken naar de doelgroep en naar kleurcombinaties, daarbij rekening houdend met lichtval en de ruimte als geheel.



met dank aan mw. Evelien Nijeboer: www.eveliennijeboer.nl

Magenta  Magenta is een synthese van roze en violet. In een zachte tint is het de kleur die bij de babyfase hoort. Magenta kan het gevoel oproepen dat je wordt omhuld door een levende, bewegende oceaan. Deze kleur heeft een licht exciterende werking, dat wil zeggen dat je je door deze kleur een klein beetje ‘buiten jezelf’ kunt beleven. Deze kleur wordt onder andere toegepast in babykamers.



Karmijn

Karmijn is een diep rode tint, zoals van donkerrode rozen. Het is een warme kleur die de wakkerheid in het lichaam en de ledematen versterkt. Karmijn is de kleur van de liefde en het sociale.

Warm

Voor een groep kinderen tussen 6 en 12 jaar met trauma's, hechtingsstoornissen en ADHD is in de groepskamer voor de gordijnen en stoffering van de zitmeubelen gekozen voor een diepe tint karmijnrood, die goed past bij de kleur van het hout in deze kamer. In een vergelijkbare groep heeft de stoffering van de slaapkamers dezelfde karmijnrode tint. Het effect is warm zonder dat deze kleur teveel activeert.

Cadmiumrood

Cadmiumrood, ook wel 'signaalrood' of 'brandweerrood', heeft een actieve kwaliteit. Hij zegt als het ware: "Pas op, hier ben ik." Cadmiumrood wekt wilskracht en enthousiasme op. Wanneer je er gevoelig voor bent, kan deze kleur ook angst oproepen. Voor onze doelgroep is deze kleur met name geschikt voor het aanbrengen van accenten, bijvoorbeeld wanneer je cliënten die moeilijk in beweging kunnen komen wilt activeren.

Oranje

Oranje is een kleur met veel beweging. Hij geeft de beleving van steeds verder 'uitbreiden'. Oranje heeft iets transparants en kan warmte, energie en innerlijke zekerheid geven. In het interieur kun je kiezen voor de wat gedemptere tinten oranje, eventueel aangevuld met aardetinten: bruintinten of gebrande siëna.

Zonnig

Een meisje van 13 met een matige verstandelijke beperking en een gedeeltelijk halfzijdige verlamming heeft last van ochtendhumeur. Ze heeft een zonnig karakter maar kent, waarschijnlijk door deze verlamming, een drempel om 'de dag in te komen'. In samenspraak met haar wordt haar kamer geglanceerd in vrolijke tinten zachtoranje op een witte ondergrond. Voor de gordijnen wordt een contrasterende effen blauwe kleur gekozen. Het meisje is blij met deze keuze. Haar ochtendhumeur is hiermee niet zomaar verdwenen, maar in de loop van de tijd treedt enige verbetering op.

Geel

De kleur geel (citroengeel) is verwant met het licht: geel wil stralen. Het is de kleur van het wakkere bewustzijn en heeft een wakkermakend en prikkelend effect. Teveel van deze kleur in slaapkamers is daarom niet aan te raden. In oranjegeel of goudgeel zit meer warmte dan in citroengeel. Goudgeel is verbonden met gevoelens van vreugde en dankbaarheid en kan voedend werken bij mensen die zich vermoeid of belast voelen.

Geelgroen

Denk aan de jonge blaadjes van de berkenboom. Veel jonge planten hebben iets van deze kleur. Geelgroen is verbonden met een jeugdig gevoel, met innerlijke beweging, licht en losheid. Vanwege zijn voorjaarsachtige karakter brengt deze kleur vertrouwen in het leven. In een stedelijke omgeving of op plaatsen met weinig groen kan deze kleur een tegenwicht bieden.

Groen

Groen heeft te maken met de kracht van harmonie en evenwicht. Qua invloed op de fysiologie is de werking van groen verbonden met het beleven van het hele lichaam. Groen is de kleur van het midden. Traditioneel wordt deze kleur beschouwd als de kleur van heel-woorden en wederopstanding.

Viridiaan-groen

In medisch-therapeutisch centrum Helianthus (volwassenenzorg) zoekt men een kleur voor de wanden van de gang en de wachtruimte. Op de vloer ligt oranje vloerbedekking. Er wordt gekozen voor een lichte tint viridiaan-groen, geglanceerd op de witte wanden. Viridiaan is een heldere, blauwgroene kleur die je bij zonsopgang soms heel even in de lucht kunt zien. De bedoeling is dat deze kleur harmoniserend werkt op cliënten die hier op een medische behandeling of therapie wachten. Gebruikers zijn in het algemeen zeer positief over deze ruimte. Bij binnenkomst valt de kleur direct op. Er gaat een rustgevend en opwekkend effect van uit. En door deze kleur valt het niet zo op dat er in de gang weinig daglicht is.

Kobaltblauw

Deze kleur blauw is verbonden met het vermogen te reflecteren en met het bewustzijn dat je een zelfstandig wezen bent. Een wezen met een eigen innerlijk dat afstand kan nemen van de wereld om zich heen. Kobaltblauw dringt zich niet op, er zit eerder een kwaliteit in van terugtrekken en ruimte bieden. Andere kwaliteiten van kobaltblauw zijn eerbied en devotie.

Ultramarijn

In ultramarijn zit wat meer warmte (rood) dan in kobaltblauw. Ultramarijn heeft meer dragende en omhullende kwaliteiten dan kobaltblauw. De verschillende tinten blauw kunnen een te koel effect hebben. Bijvoorbeeld in een woonkamer wil je vaak een warme sfeer. Blauw werkt goed in ruimten waar veel heftige emoties of agressie voorkomen. De toepassing van blauw op eerstehulpstations doet agressiviteit bij patiënten afnemen²⁷.

Kalmerend

Voor een groep jongens tussen 14 en 17 jaar met een lichte verstandelijke beperking, stoornissen in het autistisch spectrum en hechtingsstoornissen moet de groepskamer opnieuw worden ingericht. In deze groep is sprake van veel onrust, agressie en destructief gedrag. Voor de stoffering van de zithoek en de gordijnen wordt een donkere tint blauw gekozen, neigend naar ultramarijn. De wanden worden crèmewit geschilderd. Op het houtwerk worden lila accenten aangebracht. Deze kamer heeft een kalmerend effect. Door de toepassing van hout en planten maakt het geheel geen koele indruk.

Indigo

Indigo is de kleur die bij uitstek bij de puberteit hoort. Ook is het de kleur die hoort bij onze tijd omdat hij diepte uitdrukt en iets van eenzaamheid en twijfel heeft. Mensen komen tot individualiteit, tot individuele inzichten en eigen keuzen wanneer ze door eenzaamheid en twijfel gaan. Voor gebruik in het leefmilieu is deze kleur minder geschikt. Vanwege het diepteaspect wordt indigo wel toegepast in klaslokalen voor jongeren.

Violet

Wanneer de puber zijn pad door de eenzaamheid en twijfel is gegaan, ontstaat een eerste zelfstandig staan in de

wereld en een eerste stuk eigen wijsheid. Blauwviolet drukt daarvan iets uit: het is de kleur van rust, bezinning en wijsheid. Violet dat naar rood neigt, heeft te maken met handelen vanuit die wijsheid. In het interieur is violet vooral geschikt voor oudere cliënten. Bepaalde kinderen, de zogenaamde 'nieuwetijdskinderen', hebben vaak een voorkeur voor deze kleur²⁸.

Stiltekamers en time-out kamers

In de volwassenenzorg zijn voor stiltekamers positieve ervaringen opgedaan met lichte, transparant geschilderde tinten groen op de muren. Dit kan gecombineerd worden met het gebruik van hout (rustgevend en warm) en vloerbedekking in aardetinten. Een combinatie van sterke verlichting en veel wit in een stiltekamer kan het gevoel zichzelf te verliezen bij cliënten versterken. Voor zogenaamde 'time-out kamers' vormen lichte tinten violet een optie.

7 Helende beelden

Wat verstaan we onder helende beelden? Hoe kies je een helend beeld voor een individuele cliënt? En hoe kunnen beelden en symbolen gevoelens van samenhang en verbondenheid bij cliënten bevorderen?

7.1 De helende werking van beelden

Een helend beeld kan een cliënt helpen verbinding te maken met zichzelf en de eigen individuele wezenskern. Zo'n beeld vertegenwoordigt kwaliteiten die hem kunnen helpen op zijn weg. Denk aan kwaliteiten als moed, levensvreugde, kracht, avontuur of wijsheid. Helende beelden kunnen zowel voor individuele cliënten als voor een groep worden gekozen. Ook aan een team of afdeling kunnen ze inspiratie en steun bieden, als reproductie of schilderij aan de muur, als wandschildering of via andere vormen van beeldende kunst. Omdat beelden op een diepere bewustzijnslaag inwerken dan woorden, zijn ze relatief krachtig. Je hoeft niet altijd te kiezen voor afbeeldingen die aansluiten bij het ontwikkelingsniveau van de cliënt. Wanneer cliënten via deze beelden op hun kalenderleeftijd worden aangesproken, kan daarvan een vormende werking uitgaan²⁹. Niet iedereen is gevoelig voor beelden. Bij meer akoestisch ingestelde cliënten kan muziek een soortgelijke functie vervullen. Daarover in een volgend boekje meer.

7.2 Afbeeldingen kiezen

In de eigen kamer is de cliënt het meeste alleen. Hier krijgt hij minder prikkels van buitenaf en kan hij tot zichzelf komen. Daarbij kunnen echter ook onrust, angst en onzekerheid optreden, onder andere bij de overgang naar het slapen gaan.

Een niet te opdringerige afbeelding waar de cliënt regelmatig naar kan kijken, kan daarbij tot steun zijn. Denk aan religieus getinte afbeeldingen, beelden uit de natuur of uit verhalen en sprookjes van verschillende culturen. Laat

jongeren of volwassenen zoveel mogelijk meezoeken naar een geschikte afbeelding, bijvoorbeeld uit een door de begeleider gemaakte voorselectie. Ook ouders kunnen hierbij betrokken worden. Sensitiviteit en een besef van de culturele en religieuze achtergrond van de cliënt zijn voorwaarden om dit te laten slagen. Soms ligt de keuze voor een afbeelding niet zo voor de hand. In dat geval kan de vraag ernaar worden meegenomen in de cliëntbespreking.

Helende afbeeldingen

- Een meisje van 14 met een matige verstandelijke beperking en een ernstige hechtingsstoornis ziet in de kleuterklas een afbeelding van de Sixtijnse Madonna van de schilder Rafaël³⁰. Ze reageert hierop heel positief. Haar leerkracht koopt een kleine reproductie van dit schilderij en hangt deze bij haar tafeltje. Ze beleeft gedurende het jaar veel steun van deze afbeelding. Haar blijdschap is groot wanneer ze de afbeelding aan het eind van het jaar mag meenemen voor haar kamer.
- Een man van 50 jaar met het syndroom van Down en een matige verstandelijke beperking ontleent lange tijd vertrouwen aan de afbeelding van een engel bij zijn bed.
- Een Hindoestaanse vrouw van 22 met een lichte verstandelijke beperking en een hechtingsstoornis is verlegen en teruggetrokken. Alleen wanneer ze danst, laat ze wat meer van zichzelf zien. Voor haar verjaardag krijgt zij een ingelijste reproductie van een sierlijke Indiase tempeldanseres. Dit blijkt een goede keuze: de afbeelding vergroot haar zelfvertrouwen en versterkt haar identiteitsbesef.

7.3 Afbeeldingen van de natuur

Uit onderzoek blijkt dat afbeeldingen van de natuur op veel mensen een gunstig effect hebben³¹. Zo kiest een meerderheid van patiënten in ziekenhuizen, onafhankelijk



met dank aan dhr. Benno Sloots

van leeftijd, geslacht en ras, voor niet-abstracte, waarheidsgetrouwe natuurafbeeldingen. Afbeeldingen van tuinen en landschappen, van water of van niet-bedreigende dieren worden positief beoordeeld. Ze roepen positieve gevoelens op en leiden af van sombere gedachten. Ook op fysiologisch niveau hebben ze effect: hartslag, spierspanning en bloeddruk gaan bij het kijken ernaar binnen korte tijd omlaag. Vergelijkbaar onderzoek bij schoolkinderen, zowel zieke als gezonde, laat gelijksoortige uitkomsten zien³². Uit dit onderzoek wordt geconcludeerd dat abstracte, cartoonachtige afbeeldingen minder geschikt zijn voor kinderen in zorgomgevingen dan vaak wordt gedacht.

Bloesemtak

Een behandelaar kiest voor haar kamer een afbeelding uit de natuur. Het is een reproductie van een zonnig, impressionistisch schilderij waarop een bloesemtak is afgebeeld.

Foto's van de natuur vormen een optie omdat die vaak heel mooi en inspirerend zijn. Het zijn echter wel 'bevroren momenten' van iets wat juist levend en beweeglijk is. Daarom zijn ze minder geschikt om er langdurig (met enige regelmaat, gedurende meerdere jaren) naar te kijken. Schilderijen of reproducties, waarin de kunstenaar iets van deze levendigheid tot uitdrukking brengt, verdienen daarom de voorkeur.

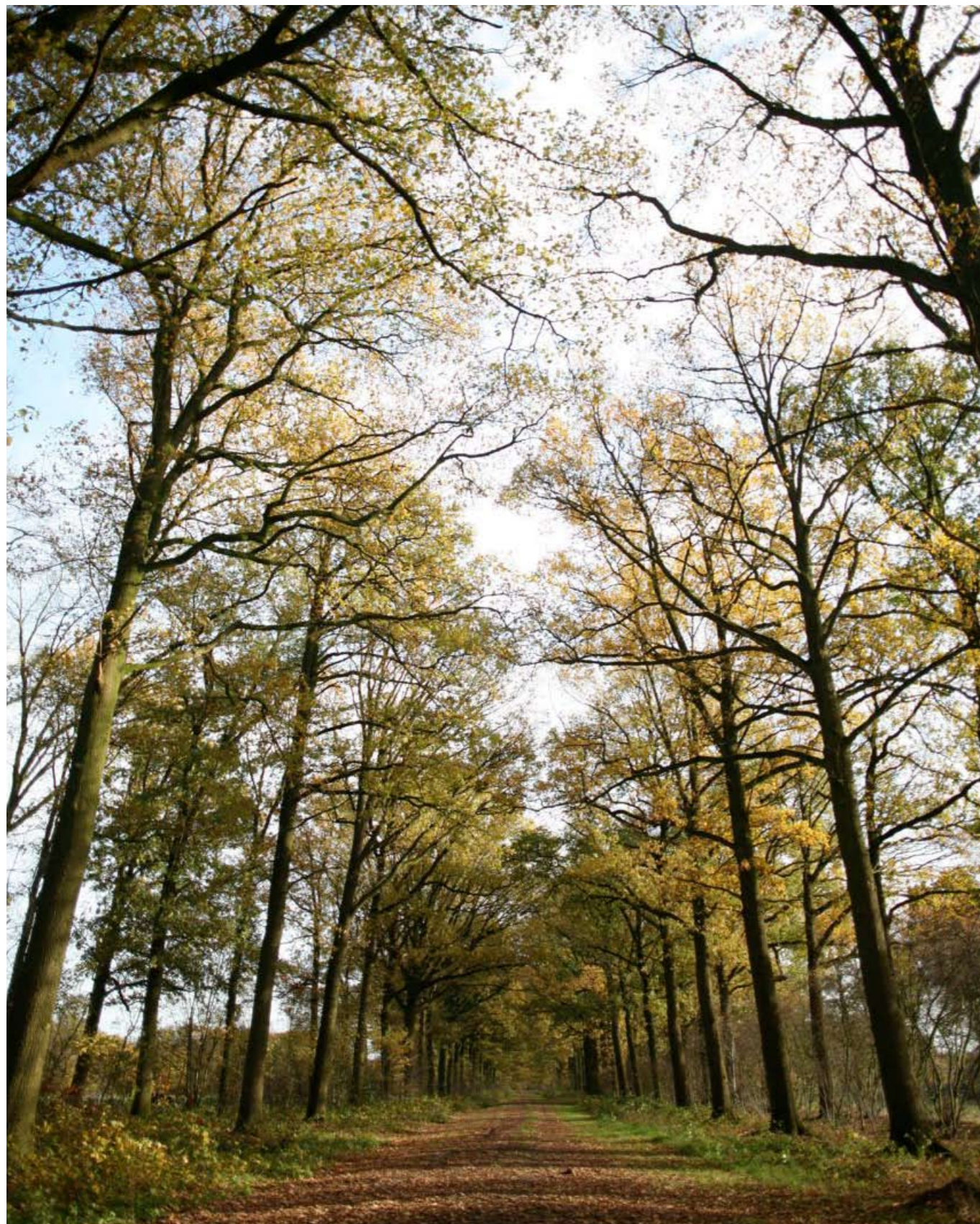
7.4 Identiteit, beelden en symbolen

Een eigen naam, eigen symboliek en daarmee verbonden verhalen versterken de identiteit van een groep en het gevoel van verbondenheid.

Virgilius

Er wordt een groep gestart voor kinderen waarvan wordt onderzocht of zij in een alternatieve woonvorm, de zogenaamde 'gezinswoonvorm', kunnen worden opgenomen. De groep krijgt de naam Virgilius. Virgilius is een kabouter uit een boek van Paul Biegel: het is een onderzoekende kabouter die de wereld ingaat om daar van alles uit te vinden. Een medewerker maakt een schildering van deze kabouter op de muur van de groepskamer. Bij de feestelijke opening van de groep wordt het verhaal van Virgilius verteld, gekoppeld aan het doel van deze groep.

Spreekkamers en kamers van behandelaars horen een zekere professionaliteit uit te stralen. Ook hier werkt het positief als iets 'eigens' in de ruimte wordt gebracht. Wanneer een behandelaar bijvoorbeeld een mooie steen of een inspirerend voorwerp in zijn kamer neerzet, dan biedt dit een prettige focus voor de aandacht. Ook toont hij of zij hiermee iets van zichzelf. Er gaat de uitnodiging van uit dat ook de bezoeker hier zichzelf mag zijn.



8 Natuur



In dit hoofdstuk beschrijven we de relatie tussen mens en natuur, de werking van planten in het interieur, de seizoenstafel en de inrichting van tuinen.

8.1 Contact met de natuur

Voor veel mensen is de natuur een plaats van heling. Bergen, bossen, zee of strand zijn plaatsen die lichamelijk welbevinden en gevoelens van vreugde, ontspanning en gezondheid oproepen. Contact met de natuur betekent in feite contact met aspecten van onszelf. De mens draagt wetmatigheden in zich van de mineralen-, de planten- en de dierenwereld³³.

Contact met de natuur kan cliënten die uit balans zijn meer in evenwicht brengen. Het aarde-element helpt hen tot rust te komen en beter te verankeren in het eigen lichaam. Contact met de natuur versterkt het besef deel uit te maken van een groter geheel. Het beleven van natuurlijke ritmen bevordert gezondheid en vitaliteit. Ook de omgang met dieren werkt vaak positief. Dieren bieden afleiding en troost op moeilijke momenten. Contact met dieren kan het zelfvertrouwen en de manier van communiceren verbeteren³⁴. Zorgboerderijen bieden deze verschillende elementen en vertegenwoordigen voor veel cliënten een helende omgeving bij uitstek.

8.2 Planten en de seizoenstafel

De aanwezigheid van planten en bloemen in een interieur voegt iets toe aan de sfeer en de kwaliteit van een ruimte. Planten hebben een positief effect op stemming en concentratie van mensen. Een goede verzorging van de planten is hiervoor wel een voorwaarde. Wanneer ze niet goed verzorgd worden, gaat er eerder een tegengesteld effect van uit. Vanuit het oogpunt van waarachtigheid worden bloemen en planten van kunststof ontraden (zie ook 4.3). De seizoenstafel is een hulpmiddel dat cliënten in staat stelt zich te verbinden met de natuur. Het is een vast punt in de leefruimte waar je in beeld en kleur de natuur van

buiten naar binnen brengt. Hierdoor kan het ritme van het jaar en de feesten die daarbij horen, worden meebeleefd. Alles wat bij een bepaalde periode van het jaar past, kan op deze tafel een plek krijgen: samen gevonden voorwerpen uit de natuur, mooie stenen, takken en bloemen. Ook reproducties, een opengeslagen platenboek en figuren als kabouters, dieren of een Moeder Aarde-figuur kunnen er een plekje vinden³⁵.



Een bijzonder plekje

In een observatiegroep voor kinderen van 4 tot 12 jaar met een lichte of matige verstandelijke beperking is veel gedragsproblematiek. De groepskamer is prikkelarm ingericht. Wanneer men er binnenkomt, valt het oog direct op de seizoenstafel. Deze staat in een hoek van de kamer op een laag tafeltje, zodat ieder kind goed kan zien wat erop staat. Bij sneeuw prijkt er een witte Koning Winter met een lange grijze baard op de tafel, in het voorjaar verschijnt een Moeder Aarde-figuur. Het valt nieuwe medewerkers op dat agressie zelden of nooit op de seizoenstafel is gericht. Het teamhoofd: “Het team heeft vanaf het begin uitgestraald dat de seizoenstafel een heilig plekje vormt. Wij gaan er zelf zorgvuldig mee om: de seizoenstafel is iets bijzonders, daar kom je niet aan. Nieuwe kinderen pikken dit vrij vanzelfsprekend op.”

Een seizoenstafel werkt niet alleen bij kinderen. Ook bij jongeren en volwassen cliënten kan een op hun leeftijd afgestemde seizoenstafel bijdragen aan het ervaren van verbinding en samenhang.

8.3 Tuinen

Uitzicht op groen en de aanwezigheid van tuinen bevorderen het welbevinden van zowel cliënten als medewerkers.

Een medewerkster:

“Als ik ‘s ochtends het plein met die twee oude beuken op loop, denk ik vaak: ‘Die oude bomen hebben het allemaal al gezien’. Ze geven me een gevoel van relativering en van rust en vertrouwen. Dat komt ten goede aan mijn werk.”

De tuin moet kinderen en jongeren uitnodigen tot bewegen en spel. Bij jongeren en volwassen cliënten speelt daarnaast het element van elkaar kunnen ontmoeten een rol. Bij cliënten die weinig of niet tot spel komen, kunnen de verschillende zintuiglijke sensaties harmoniserend werken. Het voelen van de zon op de huid, de zachtheid van het gras, verschillende geuren en het geluid van vogels. Bij de inrichting van de tuin kan hiermee rekening worden gehouden. Bijvoorbeeld door de keuze van bomen die veel

vogels aantrekken of van bloemen en struiken waar in de verschillende seizoenen qua vorm, kleur en geur steeds iets aan te beleven valt.

Werkplaatsleider ‘Groen’ (volwassenenzorg)

“De laatste jaren is de problematiek van de cliënten in onze werkplaats zwaarder geworden. Er zijn meer gedragsproblemen. Wij hebben besloten toch het onderhoud van de tuin te blijven doen. Daartoe hebben we delen ervan onderhoudsvriendelijker gemaakt. We hebben nu minder bloemperken en meer struiken. Daarbij hebben we goed gekeken dat er gedurende het jaar steeds iets te beleven is aan de verschillende struiken. Ook hebben we gekeken naar het ecologische evenwicht op het terrein en kiezen we vaker voor inheemse bomen die het hier goed doen. Op een aantal plaatsen werken we met buxusperken. Deze perken bieden structuur aan cliënten met aandachtsstoornissen. De opdracht is duidelijk: binnen zo’n perk blijf je en ga je wieden tot het klaar is. Dat geeft houvast.”

Voor sommige doelgroepen zijn een goed overzicht van de tuin en duidelijke fysieke begrenzingen noodzakelijk. Potentieel gevaarlijke planten (stekelige planten of planten met giftige besjes) dienen vermeden te worden. Er zijn positieve ervaringen opgedaan met eigen tuintjes voor cliënten in alle leeftijdsgroepen. Gebruik verhoogde plantenbakken voor cliënten in rolstoelen om hen planten van dichtbij te kunnen laten ervaren en verzorgen. Op veel plaatsen werken jongeren en volwassen cliënten in het kader van leer- en arbeidstrajecten in de tuin. Zowel voor cliënten als medewerkers gaat hiervan een verbindend effect uit. Wanneer je ziet hoe een cliënt moeite doet om te schoffelen, de tuin bladvrij te maken of netjes te wieden, dan ontstaat vanzelf meer aandacht voor de tuin.



9 Rituelen

Rituelen bieden houvast. Door op rituele wijze stil te staan bij wat komen gaat, krijgen cliënten overzicht en kunnen ze zich gemakkelijker overgeven aan het 'nieuwe'. Hieronder noemen we enkele specifieke voorbeelden van rituelen die verbonden zijn met het gebruik van ruimten en met nieuwbouw.

Veel groepen hebben vaste rituele gewoonten bij de komst van nieuwe cliënten, bijvoorbeeld het gezamenlijk maken van een welkomstcollage voor op de deur van hun kamer. Een opruimactie kun je afronden met een klein ritueel om zo een 'nieuw begin' te markeren. In paragraaf 7.4 gaven we reeds een beschrijving van de opening van een nieuwe groep. Ook rond bouwtrajecten zijn diverse rituelen mogelijk. Zo kan men met cliënten het verloop van nieuwbouw volgen en het bereiken van het hoogste punt meevieren. Het zogenaamde 'grondsteen-ritueel' hoort ook bij bouwtrajecten. Dit betreft een specifiek ritueel dat wordt voltrokken wanneer de fundering van een gebouw bijna gereed is³⁶. Een grondsteen heeft te maken met de intentie die toekomstige gebruikers met een gebouw hebben. Er kan een positieve werking uitgaan van het zich gezamenlijk verbinden met een intentie. Zo wordt aan het fysieke fundament van een gebouw een geestelijk fundament toegevoegd.



Grondsteenlegging gemeenschapsgebouw

Wanneer de fundamenten bijna gereed zijn, komen alle betrokkenen op de bouwplaats bijeen. Cliënten, medewerkers, architect en bouwlieden, iedereen is aanwezig. Tijdens een korte plechtigheid wordt de gezamenlijke intentie voorgelezen, geformuleerd in een spreuk of tekst. Nadat deze is voorgelezen, gaat een mooi papier met de tekst erop in een koperen houder. Deze houder wordt dichtgesoldeerd en ingemetseld in de fundering.

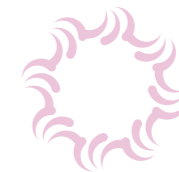
In het voorbeeld is gekozen voor een houder van koper. Koper is bij uitstek een metaal dat warmte geleidt. En juist warmte, zowel harte-warmte als energie tot daden, is nodig om intenties te verwezenlijken.

Slot

Het doel van dit boekje is bij medewerkers bewustzijn te wekken voor de werking van de omgeving. Ik hoop dat ik hierin ben geslaagd en dat dit boekje kan bijdragen aan een optimale omgeving voor cliënten. Dit boekje biedt gezichtspunten die helpend kunnen zijn bij het maken van verantwoorde keuzen ten aanzien van de omgeving van cliënten. Het gaat er dus niet om dat alles precies dient te beantwoorden aan wat hier beschreven is. Het scheppen van een helende omgeving kun je zien als een ideaal. Een ideaal dat kan inspireren en het handelen helpt bepalen. Werken vanuit een ideaal geeft vaak energie, maar kan je ook op de proef stellen. De dagelijkse realiteit is immers vaak weerbarstig. De uitdaging is dan beweeglijk en tegelijk standvastig om te gaan met je ideaal, te leren haalbare doelen te stellen en te weten wanneer je concessies moet doen. Een helende omgeving in stand houden, vraagt vooral om wakker blijven. Gewenning aan de omgeving treedt immers snel op, waardoor bepaalde dingen niet meer opvallen. Een belangrijke factor hierbij is dat leidinggevend overtuigd zijn van de waarde van wat hier besproken is en dit ook uitdragen. Op instellingsniveau vormen facilitaire ondersteuning en een passend bouw- en inkoopbeleid een voorwaarde.

Ik wil dit boekje afsluiten met een woord van dank aan alle medewerkers die zich hiervoor hebben laten interviewen. Zonder hun bezieling, inzichten en ervaringen zou dit boekje nooit tot stand zijn gekomen. Tevens wil ik dank uitspreken naar mijn collega's en mijn diverse meelezers. In het bijzonder aan Martin Niemeijer die als eerste de mogelijkheid van dit boekje zag en aan Geertje Post Uiterweer en Joop Hoekman voor hun ideeën, betrokkenheid en steun.

Annemieke Korte



Voetnoten

- 1 E. Baars e.a. *Goede zorg. Ethische en methodische aspecten* (2005): pag. 138-141.
- 2 ‘Uitvloeiende/te open cliënten’: deze benaming verwijst naar de antroposofische constitutiebeelden die een aanvulling vormen op reguliere diagnostiek. Zie M.H. Niemeijer e.a. (red.) *Ontwikkelingsstoornissen bij kinderen* (2004): pag. 73-90 en G. Post Uiterweer *Constitutiebeelden* (2009).
- 3 ‘te traag/te zwaar’: idem.
- 4 In de uitwendige therapie worden de eigen herstelkrachten van de cliënt door middel van wikkels, kompressen, inwrijvingen of baden ondersteund en versterkt.
- 5 In de kunstzinnige therapie wordt genezend gewerkt door middel van kunstbeoefening, in dit geval schilderen, tekenen en boetseren.
- 6 In voor-christelijke tijden was reeds bekend dat iedere plaats een eigen energie heeft. Sommige plaatsen golden daarbij als heilig. Daar werden bijvoorbeeld tempels gebouwd en in latere perioden kerken. De kennis hierover wordt ‘geomantie’ genoemd.
- 7 Voor dit hele hoofdstuk is gebruikgemaakt van P. v.d. Ree, *Organische architectuur, mens en natuur als inspiratiebron voor het bouwen* (2003) en van B.C.J. Lievegoed, *Levende bouwkunst* (1994).
- 8 Een zeer informatieve site hierover is die van de Vereniging Integrale Bio-Logische Architectuur: www.vibavereniging.nl
- 9 Zie in verband hiermee met name P. v.d. Ree: pag. 220-224 en B.C.J. Lievegoed: pag. 19-24.
- 10 B.C.J. Lievegoed: pag. 23-24. Toelichting: door een ‘verzwaring van de levensprocessen’ wordt de mens minder beweeglijk en vitaal.
- 11 Wanneer een mens weinig of geen verbinding ervaart met hetgeen hij doet, verzwakt het ether- of levenslichaam. Zie hiervoor: R. Steiner, *Gezondheid, ziekte, genezing* (2003), pag. 18. Toelichting: het etherlichaam is datgene wat een mens, dier of plant in leven houdt. Het etherlichaam is niet met de gewone zintuigen waar te nemen. De werking ervan kan echter wel worden waargenomen, in dit geval in de afname van de vitaliteit.
- 12 Zie bijvoorbeeld J. Kabat Zinn, *Waar je gaat daar ben je, meditatie in het dagelijks leven* (2009).
- 13 Over nabootsen en inlevend waarnemen zie E. Baars e.a. *Goede zorg, ethische en methodische aspecten* (2005): pag. 128-130.
- 14 Zie ook *Gedragsproblemen en de fysieke omgeving: ecologische aspecten*, door A. van Gennep, in: H. Kars (red.) *Ernstig probleemgedrag bij zwakzinnige mensen, een systematische benadering van ernstig probleemgedrag in de zwakzinnigenzorg* (1995): pag. 105-112.
- 15 E. Baars e.a. *Goede zorg, ethische en methodische aspecten* (2005): pag. 93.
- 16 Zie ook W. Goebel en M. Glöckler, *Kinderspreekuur. Gezondheid - ziekte - opvoeding* (2003): pag. 223-227.
- 17 E. Baars e.a. *Goede zorg, ethische en methodische aspecten* (2005): pag. 92.
- 18 Zie bouwcollege *Zorg en bouw voor sterk gedragsgestoorde ernstig verstandelijk gehandicapten* (2006): pag. 22 (met afbeelding).
- 19 E. Baars e.a. *Goede zorg, ethische en methodische aspecten* (2005): pag. 91.
- 20 B. Sellin is een adolescent met een ernstige vorm van autisme die niet kan spreken maar wel met behulp van ondersteunende communicatie kan typen op de computer. B. Sellin, *Ik wil geen in-mij meer zijn. Berichten uit een autistische kerker* (1993): pag. 105- 106.

- 21 L. Sjoukes, *The impact of visual impairment on adults with an intellectual disability* (2008): pag. 69.
- 22 Notitie bouwcollege *Verpleging/verzorging met een zonnebril op* (2004).
- 23 W. Nauta, *Het wezen van kunstlicht* (2006): pag. 15-16.
- 24 Voor de inrichting van kinderkamers zie ook W. Goebel en M. Glöckler *Kinderspreekuur. Gezondheid - ziekte - opvoeding* (2003): pag. 220-222.
- 25 Voor dit hoofdstuk zijn meerdere kunstzinnig therapeuten geraadpleegd. Daarnaast is gebruikgemaakt van L. Collot d’ Herbois, *Light, darkness and colour in painting-therapy* (2005).
- 26 Deze techniek wordt niet altijd goed toegepast. Voor een indruk van de mogelijkheden ervan zie www.dewerkplaatsgsb.nl
- 27 National Health Service *Healing environment. Annual report* (2005).
- 28 Voor een beschrijving van deze spiritueel gevoelige kinderen zie E. Baars e.a. *Goede zorg, ethische en methodische aspecten* (2005): pag. 76.
- 29 Zie ook E. Baars e.a. *Goede zorg, ethische en methodische aspecten* (2005): pag. 91.
- 30 Aan het werk van onder andere de Renaissanceschilder Rafaël wordt door R. Steiner therapeutische werking toegeschreven. Zie hiervoor L. Dullaert, *De Madonna’s van Rafaël* (2005).
- 31 De gegevens in deze paragraaf (behalve de kanttekening op het einde) zijn ontleend aan R.S. Ulrich, *Het belang van juiste kunst* in: Frampton, S.B., Charmel, P. (ed.) *De patiënt op de eerste plaats. Mensgerichte zorg volgens Planetree* (2009): pag. 159-175.
- 32 Idem: pag. 165.
- 33 Voor een uitleg van dit aspect van de antroposofische menskunde zie M.H. Niemeijer e.a. *Ontwikkelingsstoornissen bij kinderen* (2004): pag. 68-72.
- 34 Zie ook de website van de Stichting Zorgdier Nederland: www.zorgdier.nl
- 35 M. v. Leeuwen-Zier en J. Moeskops-Groenewoud, *De seizoenentafel* (1990): pag. 7.
- 36 Zie ook P. Heldens, *Grondsteen en Grondsteenlegging. Begripsbepaling en literatuuroverzicht* (2008).

Literatuurlijst

1. Baars, E. (red.) (2005) *Goede zorg. Ethische en methodische aspecten; een antroposofische benadering van kinder- en jeugdpsychiatrie en zorg voor mensen met ontwikkelingsproblemen.* Zeist: Christophoor.
 2. College bouw ziekenhuisvoorzieningen (2004) *Verpleging/verzorging met een zonnebril op.* (Licht: uitwerking notitie healing environment, maart 2004.) www.bouwcollege.nl
 3. College bouw ziekenhuisvoorzieningen (2006) *Zorg en bouw voor sterk gedragsgestoorde ernstig verstandelijk gehandicapten.* Rapportnummer 604. www.bouwcollege.nl
 4. Collot d’Herbois, L. (2005) *Light, darkness and colour in painting-therapy.* Edinburgh: Floris Books.
 5. Dullaert, L. (2005) *De Madonna’s van Rafaël.* ABC Wegwijzer 7, Assen: Nearchus.
 6. Frampton, S.B., Charmel, P. (red.) (2009) *De patiënt op de eerste plaats. Mensgerichte zorg volgens Planetree.* Maarssen: Elsevier Gezondheidszorg. www.planetree.nl
 7. Gennep, A. van (1995) *Gedragsproblemen en de fysieke omgeving: ecologische aspecten*, in: Kars, H. (red.) *Ernstig probleemgedrag bij zwakzinnige mensen. Een systematische benadering van ernstig probleemgedrag in de zwakzinnigenzorg.* Houten: Bohn Stafleu van Loghum.
 8. Goebel, W. en Glöckler, M. (1988) *Kinderspreekuur. Gezondheid - ziekte - opvoeding.* Zeist: Christofoor.
 9. Heldens, P. (2008) *Grondsteen en Grondsteenlegging.* Nijmegen: versie feb. 2008. www.antrovista.com
 10. Leeuwen-Zier, M. van en Moeskops-Groenewoud, J. (1990) *De seizoenentafel.* Zeist: Christophoor.
 11. Lievegoed, B.C.J. (1994) *Levende bouwkunst, voordracht over het organische in de architectuur.* Zeist: Vrij Geestesleven.
 12. National Health Service (2005) *Healing environment. Annual report.* www.dh.gov.uk
 13. Nauta, W. (2006) *Het wezen van kunstlicht.* Dronten: Centrum voor Sociale Gezondheidszorg.
 14. Niemeijer, M.H. e.a. (red.) (2004) *Ontwikkelingsstoornissen bij kinderen. Medisch-pedagogische begeleiding en behandeling.* Assen: Van Gorcum.
 15. Post Uiterweer, G. (2009) *Constitutiebeelden.* Zeist: Uitgave Zonnehuizen.
 16. Ree, P. van de (2003) *Organische architectuur, mens en natuur als inspiratiebron voor het bouwen.* Zeist: Vrij Geestesleven.
 17. Sellin, B. (1993) *Ik wil geen in-mij meer zijn.* Berichten uit een autistische kerker. Bussum: Toth.
 18. Sjoukes, L. (2008) *The impact of visual impairment on adults with an intellectual disability.* Rotterdam: Proefschrift Erasmus Universiteit.
 19. Steiner, R. (1997) *Genezend opvoeden. Over kinderen met een ontwikkelingsstoornis.* Zeist: Vrij Geestesleven.
 20. Steiner, R. (2003) *Gezondheid, ziekte, genezing.* Zeist: Vrij Geestesleven.
- Website Glaceertechniek: www.dewerkplaatsgsb.nl
- Website Stichting Zorgdier Nederland: www.zorgdier.nl
- Website Vereniging Integrale Bio-Logische Architectuur: www.vibavereniging.nl

Over de auteur



Annemieke Korte (1957)

Annemieke Korte studeerde filosofie aan de Katholieke Universiteit Nijmegen. Aansluitend werkte zij eerst als begeleider en later als leidinggevende bij Zonnehuizen Kind en Jeugd.

In 1986 sloot zij de interne Heilpedagogische Opleiding af, waarna zij een jaartraining 'Social Development' volgde aan het Emerson College (Sussex, GB).

Van 1999 tot 2008 was zij binnen Zonnehuizen Kind en Jeugd werkzaam op het gebied van opleidingen. Zij werkte onder andere als mentor van duale SPH-studenten en als intervisiebegeleider. Van 2004 tot 2008 was zij als gast-docent verbonden aan de Hogeschool Leiden.

Sinds 1997 is zij student aan de 'School voor Zijnsoriëntatie' van Hans Knibbe te Utrecht. Naast de antroposofie vormt de zijnsoriëntatie haar belangrijkste inspiratiebron.

Op dit moment is Annemieke Korte als stafmedewerker 'Helend Klimaat' werkzaam binnen het Centrum voor Kennis- en Expertiseontwikkeling van Zonnehuizen.



Zonnehuizen helpt mensen met een ontwikkelingsstoornis zich naar volle vermogen te ontplooiën. We werken vanuit een antroposofische inspiratie. Dat betekent dat we uitgaan van de gezonde kant van het individu en ons richten op diens mogelijkheden, talenten en wensen. Op basis daarvan werken we aan de beperkingen die de individuele ontwikkeling in de weg staan.

www.zonnehuizen.nl