

Wat is de invloed van interieur op de effectiviteit en het comfort bij behandeling van TIM Psychologie?

Onderwerp/probleemstelling/verschijnsel

Trefwoorden: -openheid -design -kleur -ergonomie -rust

Het onderwerp van dit onderzoek is de impact van interieur op openheid van mensen. Hoe kan kleur dit beïnvloeden? Heeft ergonomie effect op de hoe open iemand is? Kunnen bepaalde vormen meer rust bieden dan anderen? Dit zijn allemaal vragen die in dit onderzoek besproken en behandeld worden.

Relevantie

Voor nu is de relevantie specifiek voor het optimaliseren van de openheid voor patiënten van TIM Psychologie. Dit is om hun behandeling zo soepel mogelijk te laten verlopen en zo de patiënten zo een effectief mogelijke behandeling te bieden. In dit onderzoek wordt specifiek besproken wat voor interieur het optimale comfort kan bieden en hoe communicatie verbeterd kan worden door interieurkeuzes. Meer comfort voor patiënten is voordelig om de hele ervaring rondom psychologische hulp (wat soms als best wel confronterend ervaren kan worden) iets makkelijker te laten verlopen en het hele traject zo positief mogelijk te ervaren.

Voorkennis

Dat kleur invloed kan hebben op je comfort was al verwacht, doordat bepaalde kleuren geassocieerd worden met bepaalde emoties. Welke kleuren nou optimaal zijn om comfort te verhogen is voor mij nog een vraag. De exacte wetenschap erachter is ook nog onduidelijk, later in het onderzoek wordt er hier antwoord op gegeven. Verder had ik nooit nagedacht over dat licht mogelijk het comfort van iemand kan beïnvloeden, na hier kort over de googelen was ik erachter gekomen dat dit inderdaad het geval is. Bij ergonomie had ik al wel het idee dat het voor meer comfort zorgde, of er ook iets als te veel comfort hoop ik in dit onderzoek te ondervinden. Met te veel comfort wordt er iets als een ligstoel bedoelt, hierdoor kan ik me best voorstellen dat omdat iemand zich in de slaappositie bevindt dat hij minder zal communiceren.

Onderzoeksvraag

Wat is de invloed van interieur op de effectiviteit en het comfort bij behandeling van TIM Psychologie?

Deelvraag 1: Kan licht en kleur comfort beïnvloeden?

Deelvraag 2: Hoe beïnvloed ergonomie de communicatie?

Deelvraag 1: Kan licht en kleur comfort beïnvloeden?

Hieronder zal eerst de invloed van licht op het comfort van mensen behandeld worden, een kort fragment uit een oud relatief oud onderzoek zegt hierover het volgende:

"Perhaps, then, bright light acts as an arousal agent, stimulating a variety of behaviors, including amount of communication. Carr and Dabbs (1974) found that dim lighting lessens eye contact and increases verbal latency in conversations. Amount or quality of communication was not studied. However, lowered eye contact and increased verbal latency suggest that subjects spoke more intimately, which is consistent with the results of Chaikin et al.'s findings for their 'soft' room. The 'soft' room, with its indirect lighting, presumably was illuminated at lower levels than the 'hard' room, although Chaikin et al. do not report illumination measurements."

Light, decor, arousal, comfort and communication. (1988, 1 September). ScienceDirect. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0272494488800082>

Terwijl "intenser licht" zorgt voor stimulatie en hierdoor meer gecommuniceerd wordt, wordt er toch gesuggereerd dat indirect licht zorgt voor diepere gespreksonderwerpen. Deze resultaten waren ondervonden uit een redelijk oude studie (1974). Dit onderzoek werd in een gelijke soort herhaalt maar er werden i.p.v. vreemde mensen werden er hier vrienden gebruikt om dit te testen.

"The results for light are in accord with an arousal model. In the conditions of this study, more light produced not only more general communication but also more intimate communication." (*Light, decor, arousal, comfort and communication*, 1988)

Als resultaat kwam er uit dat licht niet zorgde voor een daling van diepere gesprekstof, beide diepere gesprekken en algemene gesprekken werden gestimuleerd door "normaal" licht, terwijl uit oudere studies dit niet zo leek te zijn. Of dit te maken heeft met het kleine verschil in het onderzoek, namelijk dat vrienden werden gebruikt i.p.v. vreemden is onduidelijk, hiervoor zou het onderzoek meer herhaalt moeten worden om definitieve conclusies te kunnen trekken.

"Based on the results of the studies described above and on the arousal model, three hypotheses concerning illumination are advanced. First, brighter lighting produces more general communication. Second, low light produces more intimate communication. Third, both intimate communication and general communication decrease over time in softer light."

Toch zien we hier indirect licht of zachter licht ook nadelen heeft bij communicatie tussen vreemden, de communicatie daalt namelijk over tijd, in hoeverre dit daalt is onduidelijk voor diepere gesprekken. Verder kunnen we uit de resultaten van dit onderzoek concluderen dat laag licht helpt om diepere gesprekstof te stimuleren. Het zou dus optimaal zijn als je beide laag indirect licht en laag direct licht tot je beschikking hebt, om zo het indirecte lage licht te gebruiken voor korte gesprekken en het directe lage licht te gebruiken voor langere gesprekken waar dus langer de concentratie behouden moet worden of bij gesprekken waar al een bepaald level van comfort is.

Stel dat we aannemen dat er inderdaad een definitief verschil zit in tussen de effecten van licht op vrienden tegenover vreemdelingen dan zou me aanrading voor de praktijk er zo uit zien:

-Bij een intakegesprek van korte duur wordt laag indirect licht (lage intensiteit) gebruikt om zo diepere gesprekstof voor korte duur te stimuleren.

-Bij een intakegesprek van lange duur wordt laag direct licht gebruikt (normale intensiteit) om zo diepere gesprek te stimuleren maar ook om de concentratie te behouden.

-Wanneer er opgemerkt wordt dat comfort van de patiënt hoog is kan er ook normaal licht (vanaf boven) gebruikt worden met normale intensiteit, omdat het comfort al hoog is zou het normale licht vanaf boven helpen bij een algemene stimulatie van communicatie.

Verder was een andere vraag of kleur van belangen kan zijn bij het kiezen van een nieuw interieur van TIM Psychologie. Over onze perceptie van kleur is het belangrijk om te zeggen dat veel van de kleurtheorie gebaseerd is op speculatie en gebaseerd op de perceptie van verschillende kleuren in verschillende culturen, in verschillende culturen kunnen kleuren totaal andere betekenissen en associatie hebben. Hieronder zullen de kleuren afgegaan worden met relevante associatie.

"Although the physical nature of color is well understood and is based on different wavelengths, its perception in humans and animals is more speculative and is based on different concepts."

Grzybowski, A., & Kupidura-Majewski, K. (2019, 1 september). What is color and how it is perceived? ScienceDirect.

<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0738081X19301191>

Blauw

"In Western culture, blue has some positive meanings, including intelligence, communication, trust, efficiency, serenity, duty, logic, coolness, reflection, and calm. Sometimes, it has some negative meanings, including coldness, aloofness, lack of emotion, and unfriendliness. It can also be negative, indicating feelings of melancholy. It also symbolizes trust, security, and authority." (Grzybowski & Kupidura-Majewski, 2019)

Blauw kan snel geassocieerd worden met de kleur van autoriteit, bijv. politie. Al heeft blauw ook een soort kalmte aan zich, kan het ook als koud of overweldigend ervaren worden wanneer je grote stukken blauw in de kamer hebt. Mijn aanrading met blauw is niet te veel ervan in je interieur gebruiken en niet te donker gaan met deze kleur om geen koudheid of leegte op te roepen. Verder is het ook belangrijk om geen blauwe strepen te gebruiken in een psychologische praktijk om dat heel erg lijkt op de strepen van de Nederlandse politie.



Wit

Wit wordt wereldwijd eigenlijk gezien als een schone kleur, daarom dat ook veel ziekenhuizen deze kleur hebben. Helaas kan te veel wit wel de associatie met ziekenhuizen geven, waardoor je mensen onnodig het idee kan geven dat ze ziek zijn. Toch als wit wordt gebruikt in de psychologische praktijk in combinatie met andere kleuren zou deze associatie met ziekenhuizen snel wegvallen.

Groen

"Green in Western civilizations has some positive meanings, including harmony, balance, refreshment, universal love, rest, restoration, reassurance, environmental awareness, equilibrium, and peace; it rarely has some negative meanings, including boredom, stagnation, blandness, and enervation. Green is often associated with nature and environmental awareness. At the same time, it has been a military color. Green may suggest the spring, freshness, inexperience, jealousy, greed, and the Christmas tree."

In deze bron zeggen A. Grzybowski en K. Kupidura-Majewski dat groen geassocieerd is in Europese cultuur met behoorlijk veel positieve dingen zoals balans en de lente. Dit is een hele goede kleur voor een psychologische praktijk aangezien het o.a. staat voor balans, rust en herstel. Bovendien is het logo van TiM psychologie ook groen, in het interieur groene aspecten verwerken zou dus totaal geen slecht idee zijn.

"Ongeschikte" kleuren

Rood

Rood is een hele bekende kleur en de associatie met bepaalde emotie is zeer sterk. Vaak wordt dit geassocieerd met woede, waarschijnlijk komt dit doordat rood de kleur is van bloed. Ik heb geen studies kunnen vinden of rood inderdaad mensen bozer maakt dan andere kleuren

Paars

Paars staat vooral symboliek voor macht en rijkdom, in de middeleeuwen werd deze kleur vooral gedragen door koningen omdat het toen een hele dure kleur was om te maken. Dit symboliek is nu een stuk minder maar toch is het veiliger om weg te blijven van de kleur paars voor een psychologie praktijk.

Oranje

Verder heeft de kleur oranje veel associatie met Nederland en de Nederlandse royale familie, wanneer dit genegeerd wordt zou het nog wel in kleine delen gebruikt kunnen worden.

"Orange, depending on the context and culture, is associated with some positive meanings, including physical comfort, food, warmth, security, sensuality, passion, abundance, and fun. There are some negative meanings, including deprivation, frustration, frivolity, and immaturity. Orange is the national color in the Netherlands and represents the Dutch Royal family."

Geel

Als laatst hebben we nog de kleur geel, die in Europese landen een behoorlijk positieve betekenis heeft, het wordt geassocieerd met bijv. vriendelijkheid. Toch heeft het andere betekenissen in andere culturen, in sommige Afrikaanse landen is goud geassocieerd met bijv.

goud. Ook heeft het in Chinese landen de associatie met pornografie. Al met al zou dit voor de meeste patiënten geen probleem moeten bieden, toch zouden andere kleuren beter symboliek kunnen bieden dan geel.

“Yellow is related in some European cultures with positive meanings, including optimism, confidence, self-esteem, extraversion, emotional strength, friendliness, and creativity. This color suggests a warm, cheery feeling, although yellow has some darker meanings in other cultures, such as irrationality, fear, emotional fragility, depression, anxiety, or suicide.” (Grzybowski & Kupidura-Majewski, 2019)

Met de hierboven genoemde informatie zou mij aanrading voor kleuren uitgaan naar wit en groen omdat dit rustige kleuren zijn die weinig negatieve associatie hebben, ook zit het al in de kleuren van het logo van TIM Psychologie.

Interieur

“Based on this comfort model, it seems reasonable to tentatively hypothesize that a 'soft' (more home-like) setting will evoke both more intimate communication and more general communication than will a 'hard' (more office-like) setting.”

Designing schools to Support Socialization Processes of Students. (2015, 1 januari). ScienceDirect. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2351978915004473>

In dit onderzoek wordt er gezegd dat een zachter en huiselijk interieur algemene communicatie stimuleren, wat voordelig is voor TIM Psychologie.

Comfort room

Verder kon je in een onderzoek van K. S. Cummings iets vinden over het concept van een comfort room, hieronder vind je en fragment uit dat onderzoek:

“The reduction of seclusion and restraint is a national patient safety focus in psychiatric settings. Studies have demonstrated that multisensory or comfort rooms contribute to higher consumer satisfaction and lower rates of seclusion and restraint in general hospitals. As an alternative to the traditionally uncomfortable time-out room, a comfort room was constructed on an acute adult inpatient unit. This space was designed with comfortable furniture, soothing colors, soft lighting, quiet music, and other sensory aids to help reduce unsettled patients' level of stress. The frequency and duration of seclusion and restraint use on the pilot unit was studied before and after implementation of the comfort room. The use of seclusion and restraint was also compared with a similar admission unit without a comfort room. Results supported the hypothesis that the presence of a comfort room significantly reduced seclusion and restraint, and that the use of the comfort room helped reduce patients' stress.”

Cummings, K. S. (2010, 1 juni). Caring with Comfort Rooms: Reducing Seclusion and Restraint Use in Psychiatric Facilities. healio. <https://www.healio.com/psychiatry/journals/jpn/2010-6-48-6/%7B87fd7713-f626-4058-982c-9fd494128097%7D/caring-with-comfort-rooms-reducing-seclusion-and-restraint-use-in-psychiatric-facilities>

Wat er in dit tekstfragment eigenlijk wordt gezegd is dat er een positieve invloed is ondervonden bij de toevoeging van een zogeheten “comfort room”, een kamer waar alle kleuren rustig zijn en interieur vooral veel ronde vormen bevat. Al is er nog geen onderzoek

gedaan wordt naar comfort rooms in een normale psychologiepraktijk zou dit een goede inbreng kunnen zijn. Soms heb je patiënten die nou eenmaal wat onrustiger zijn en de mogelijkheid hebben om er dan bewust voor de kiezen om naar een andere omgeving te gaan om de sfeer te veranderen is helemaal geen slecht idee.

Concluderend kan licht en kleur inderdaad het comfort beïnvloeden, de keuzes die hierin gemaakt worden zijn dus van belang.

Deelvraag 2: Hoe beïnvloed ergonomie de communicatie?

Om deze deelvraag te beantwoorden heb ik er onderzoek gedaan vanuit een hypothese, namelijk: te veel comfort zorgt voor een daling in aandacht spanne. Verder is er daarna bijpassende onderzoeken erbij gehaald om deze hypothese te onderbouwen of juist te weerleggen.

In het onderzoeksdocument van Robert T. Thibault "When the brain lies: Body posture alters neural activity" wordt er beargumenteerd de breinactiviteit in een liggende positie anders is dan wanneer iemand rechtop zit. Verder wordt er in dit onderzoeksdocument weer naar een ander onderzoeksdocument verwezen, waarin er dieper erop ingegaan wordt dat een liggende positie voor minder breinactiviteit zou zorgen. Het papier dat dit onderwerp behandelt heeft als titel "Supine body position reduces neural response to anger evocation." Hieronder volgt een fragment uit het onderzoek:

"Because proving the null hypothesis is impossible, our results do not indicate that approach-motivational processes can never be activated when individuals are in supine positions. Instead, our results suggest that supine body positions likely reduce approach-motivational responses, a point consistent with embodiment accounts. These results are worth considering when evaluating neuroimaging techniques that require a supine position."

Harmon-Jones, E. (2009, 29 juli). Supine body position reduces neural response to anger evocation. PubMed. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19656336/>

In dit onderzoek werd de breinactiviteit gemeten op verschillende zitstanden. Dit onderzoek werd gedaan met als doel om te onderzoeken of brein scans, die op dit moment liggend gedaan worden, wel accuraat zijn om breinactiviteit te meten. Hieruit bleek dat de "supine position" of de liggende positie, breinactiviteit reduceert. Verder bleken wel blijde emoties iets meer gestimuleerd te worden door de liggende positie en delen in het brein die met boosheid correleren reduceren gemiddeld in activiteit. Al is het verschil zodanig laag, dat ik zelf zou zeggen dat de rechtop zittende positie beter zou zijn voor TIM Psychologie, om zo breinactiviteit hoog te houden. Verder zou er wel gediscussieerd worden dat het aankijken van iemand ook een factor is die meespeelt. In een meer liggende positie zouden bepaalde patiënten zich minder angstig kunnen voelen doordat er minder druk is om iemand in de ogen aan te kijken.

Al met al beïnvloed ergonomie dus de communicatie doordat verschillende zit- en ligposities voor verschillende mate van breinactiviteit zorgen. Ook is de sociale druk van iemand in de ogen kijken ook een factor die mee kan spelen aan de mate van communicatie.

Arman Çinar