



Beleef het Big Brother-Huis

Over een inrichting valt meer te zeggen dan je denkt. De kleuren op de muren bijvoorbeeld. Ben je onrustig en gestresst, schilder dan snel je muren in de juiste tint blauw! Die kleur kan namelijk een ontspannende werking hebben (het verven zelf is misschien weer een ander verhaal...). Maar je onrust kan ook met iets anders te maken hebben dan de kleuren om je heen. Met het feit dat je een man of een vrouw bent bijvoorbeeld. Wat je precies ruikt, voelt en hoort, speelt ook een grote rol. Het is een vak om in een ruimte precies de stemming te creëren waar een persoon zich bij thuis voelt. Voelen de Bewoners zich op hun gemak in de ruimte waar ze leven?



De Expert

Drs. Kim van der Leest van Warm with Senses kan je er alles over vertellen. Sinds 2001 is zij gespecialiseerd in het creëren van een werk- of leefomgeving met positief effect op de zintuigen. Als geen ander weet ze hoe het gedrag en het welzijn van mensen wordt bepaald door hun omgeving. Blijkbaar nemen je hersenen alles wat je ziet, hoort, ruikt en voelt nauwkeurig in zich op. Ze vertalen dit naar je gedrag, wat 'zintuiglijke sfeerbeleving' wordt genoemd.



Sfeer in de Big Brother-Woonkamer

Zouden de Bewoners zich prettig voelen? Het huidige Big Brother-Huis is een kleurrijk geheel. Groen, blauw, paars en beige domineren de Huiskamer. Kim van der Leest vertelt: "Beige en paars zijn kleuren die je een relaxed gevoel geven.

Niet voor niks hangen de Bewoners graag op de grote bank en nestelen ze zich tussen de zachte grote kussens. Die kussens hebben weer te maken met aanrakingen. Aanraken geeft ons in het dagelijks leven een gevoel van zelfvertrouwen, en van veilig en gewenst zijn." Tanja ligt vaak met de kleine in de buik weg te dromen op de bank, en ook bij verdriet zoekt ze die plek op. En Lieske bijvoorbeeld zei het laatst nog tegen Rob toen ze elkaar omhelsden: "Af en toe heb ik even een knuffel nodig." Het zorgt ervoor dat ze zich thuis voelt.



Ervaringen delen

Huiselijk zijn ook de grote tafels in de Keuken en Tuin waar iedereen samenkomt. Kim van der Leest: "Mensen zijn van nature sociaal en willen graag ervaringen delen met anderen." En gebabbeld wordt daar genoeg, bijvoorbeeld na de avond waar er flink werd gefeest op muziek:

"Echt tof, dat ze die muziek hebben gedraaid", wordt er gezegd. Linda: "Dat komt omdat we zulke leuke Bewoners zijn." Nathalie heeft ook nog een andere mogelijkheid: "Of we zijn zo saai dat ze ons een impuls gaven..." Roel schuift ondertussen ook aan met de mededeling: "Iemand heeft met een roeispaan m'n schedel ingeslagen."

"In het algemeen is groen een vriendelijke kleur en ook de aanblik van groen doet je stress-level binnen 5 minuten dalen. Als het goed is, werkt dat ook zo in de frisgroene Keuken. 'Frisgroen' is de combinatie van groen en geel. Deze tint bevordert de eetlust en doet denken aan vers voedsel. Niet verkeerd voor een plek waar je lekker wilt smullen. Er is slechts één nadeel: sommige mensen hebben bij deze modekleur de associatie met 'gifgroen' en 'futuristisch' en vinden het daarom afschuwelijk om naar te kijken."

Vanaf de Keuken kijken de Bewoners uit op de Tuin. Dit zal ze zeker rustiger maken dan wanneer dat niet het geval was. Het feit dat je naar buiten kan stappen om het daglicht te zien of in de zon te gaan liggen geeft een idee van vrijheid."



Droom zacht... of toch niet?

In de twee slaapkamers overheerst de rode & paarse of de blauwe tint. Het is wetenschappelijk bewezen dat de kleur rood de bloedcirculatie bevordert en stimulerend werkt. Deze kleur komt terug in de dekbedden, waar ook de sensuele tint oranje in zit. En het paars op de muren in de Slaapkamer van de heren is rustgevend en mysterieus. Op dezelfde feestavond waarover ze het aan de keukentafel hadden, lagen Menno en Ingrid met elkaar in deze ruimte. En slapen deden ze niet... zoenen wel. Mochten ze de volgende keer willen praten over wat er tussen hen speelt, dan kunnen ze het beste naar de Slaapkamer verhuizen waar meer blauw is te vinden. Blauw bevordert de communicatie. Die kleur zou ook de ademhaling vertragen en rustgevend werken. Een leuke test dus: kijken of er in de blauwe Slaapkamer beter wordt geslapen dan in de rode.



Een Tuin vol verrassingen

Drs. Kim van der Leest is enthousiast over de Tuin: "Het is fijn dat deze vol verrassingen zit. Als je zintuigen namelijk geen veranderingen waarnemen, verveel je je alleen maar. Dingen ontdekken, en jezelf weer kind voelen, geeft meestal een prettig gevoel. Het was nog leuker geweest als de Bewoners zelf de Tuin hadden mogen onderhouden. Maar de kleurige kussens, olijfbomen, ligkussens en het zogenaamde kinderpleintje met hinkelpatroon dragen ook hun steentje bij aan een goede sfeer. Daarbij zorgt het natuurlijke groen en de aanwezigheid van water (lekker in de jacuzzi!) voor een ontspannend effect."



Mannen jagen, de vrouw verzamelt

Ze vertelt dat er meer factoren een rol spelen bij het bepalen van de sfeer. Het verschil tussen mannen en vrouwen bijvoorbeeld. "Mannen zijn jagers en willen activiteiten met elkaar ondernemen die inspanning kosten. Als dat mogelijk is, voelen ze zich lekker. Vrouwen voelen zich vaak goed bij het verzamelen van dingen, bijvoorbeeld het plukken van fruit en bloemen. Daarom houden ze trouwens ook zoveel van winkelen!" Tanja heeft het er vaak over hoeveel ze ernaar verlangt om nieuwe babykleertjes te kopen: de mannen hoor je nooit zeggen dat ze het shoppen zo verschrikkelijk missen. Maar Rob ging om een duidelijke reden het Huis in: "Ik ga een vrouw versieren." Een typische jagersuitspraak van de man? Daarbij blijkt elke persoon verschillend als het om sfeer gaat: "De één is meer gericht op zien; een ander op geluid. Een derde let weer meer op ruiken en 't eten."



Beleef het zelf

Nu ken je een paar effecten van de sfeer in het Big Brother-Huis. Maar het welzijn van de Bewoners wordt bepaald door de prikkeling van alle zintuigen bij elkaar. Het gaat dus om de totale sfeerbeleving die van invloed is. Vanaf nu zal Kim van der Leest Big Brother verder volgen met haar professionele blik. Zodra er een verrassende gebeurtenis plaatsvindt rond de Bewoners, keert ze terug op deze site om te analyseren hoe dat heeft kunnen gebeuren. Zij en wij zullen het beleven!