



Design

In deze terugkerende rubriek beschrijft Pieter Desmet inspirerende welzijn-gedreven producten en diensten die zijn ontworpen met en door studenten Industrieel Ontwerpen. Desmet is hoogleraar Positive Design aan de TU Delft. Met collega's en studenten van het Delft Institute of Positive Design exploreert hij hoe ontwerpers een positieve bijdrage kunnen leveren aan het welzijn van individuen en gemeenschappen.

De Snuffel-Knuffel helpt bij inslaapritueel

■ Pieter Desmet

Ons huis, de lente, een taart in de oven, de was aan de lijn, een vers geplukte aardbei – we worden omringd door geuren. We staan er niet altijd bij stil, maar die geuren hebben een grote invloed op ons gevoelsleven. Ze zijn direct verbonden met ons emotioneel geheugen, en zo kan de geur van een koekje ons ineens terugvoeren naar het geluk van een jeugdherinnering. Kun je dit verband tussen geur en herinnering ontwerpen? Dat was de ontwerpuitdaging van Jonas Bähr. Jonas had zichzelf tot doel gesteld een ontwerp te maken waarmee mensen met behulp van geuren hun stemming kunnen verbeteren.

Geur en stemming

De invloed van geur op stemming is vooral associatief en aangeleerd. Als je in een bepaalde situatie vaak dezelfde geur ruikt, ga je vanzelf die geur aan die situatie verbinden. We herkennen dat in het parfum van onze geliefde: waar en bij wie ik die geur ook ruik, hij blijft verbonden aan die ene persoon. Dat geldt ook voor stemming. Als we een geur vaak ruiken wanneer we in een bepaalde stemming zijn, wordt die geur geladen met dat gevoel. Mensen die bang zijn voor paarden, kunnen al nerveus worden van de geur van een paard. En mensen die ontspannen in een warm bad, kalmeren al bij het ruiken van hun favoriete badschuim.

Geuren laden

Voor zijn ontwerp maakte Jonas gebruik van de aangeleerde geur-gevoelverbinding. Het ontwerp is een geurdoosje voor kinderen: de Snuffel-Knuffel. Het doosje bevat ingrediënten voor een rustgevend ritueel. Hiermee kunnen de

kinderen zichzelf helpen om te ontspannen voor het slapen gaan. Dat stimuleert het inslapen en een goede nachtrust.

Het doosje bevat een flesje met een parfum, een glazen kommetje, witte geurkaartjes, en een transparant houdertje. Het werkt als volgt. Als kinderen thuis een moment van ontspanning ervaren, zoals tijdens het tekenen of lezen, kunnen ze ervoor kiezen het doosje erbij te pakken. Als eerste doen ze een paar druppels van de geur in het kommetje. Dan pakken ze een geurkaartje en plaatsen dat met het houdertje in een gleufje in het doosje. Het geurkaartje absorbeert de vloeistof waardoor de geur langzaam wordt vrij gegeven. Met het vrijgeven van de geur verandert ook de kleur van het kaartje van wit naar een regenboog. Zo wordt de geur geladen met het ontspannen gevoel van het moment.

Bij het slapengaan volgt het tweede deel van het ritueel. Het regenboogkleurige kaartje wordt weer uit het doosje gehaald, samen met een klein nachtlampje. Nu hangen de kinderen





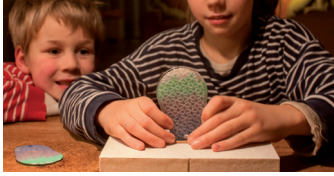
1. Klaar voor de start



2. Een kneepje geur



3. Kaartje plaatsen



4. Kaartje uitnemen



5. Lampje samenstellen



6. Een kleurig, geurend nachtlampje

het kaartje in het nachtlampje om dat naast hun bed te zetten. Hoe vaker de Snuffel-Knuffel wordt gebruikt, hoe sterker de associatie wordt tussen de geur en de ontspannen stemming.

Stemming en veerkracht

Jonas Bähr heeft de Snuffel-Knuffel samen met de kinderen uit zijn doelgroep ontworpen. Zo ontdekten ze een passend ritueel. De kinderen vonden het heel leuk om actief aan de slag te gaan met hun eigen stemming. Zo bleek de Snuffel-Knuffel te werken op verschillende manieren. De geur heeft een direct ontspannend effect doordat de kinderen geleerd hebben deze te associëren met een serene stemming. Het avonddeel van het ritueel stimuleert een goede nachtrust, wat ook bijdraagt aan een gebalanceerde stemming. En door er een eigen ritueel van te maken, werden de kinderen zich op speelse wijze meer bewust van hun stemmingen en hoe ze die kunnen beïnvloeden.

Met zijn ontwerp heeft Jonas laten zien dat het mogelijk is om actief onze stemming te reguleren met behulp van geuren. Dat ondervond hij zelf ook tijdens zijn project: "Nu ik meer aandacht heb gekregen voor geuren, heb ik meer waardering voor kleine momenten, zoals tijdens een korte wandeling – simpelweg door te genieten van de geuren die er zijn." ■



Jonas Bähr (foto) ontwikkelde de Snuffel-Knuffel als afstudeerproject voor de masteropleiding Design for Interaction aan de TU Delft. Het project was een gezamenlijk initiatief van International Flavors and Fragrances (IFF) en het Delft Institute of Positive Design (DIOPD) met als opdracht het ontdekken hoe geuren kunnen bijdragen aan het welzijn van mensen. Begeleiders: Pieter Desmet, Eric Jepma (TU Delft), Stan Knoops, Jose Santiago Moreno, en Marieke Kooijmans (IFF). Met dank aan Jelle en Jip voor de fotodemonstratie. Meer informatie: www.diopd.org