



# Woongeluk en spel

Waarschijnlijk kunnen we ons allemaal nog wel die plekken uit onze jeugd herinneren waar we graag kwamen. Waar je lekker kon spelen, waar niet te veel toezicht was, waar je kattenkwaad uit kon halen en waar je kon ontdekken. Die veelal ongeplande stukjes stad, juist daar was het goed toeven. In die schemerzones van je woonomgeving kon je je uren vermaken, spelen, ontdekken, avonturen beleven. Daar voelden we ons vaak in ons element (Hamers, 2006).

■ Pim van der Ven

**T**egenwoordig laten we in de stedenbouw weinig ruimte meer over voor dat soort schemerzones. Alles moet worden benut, elke meter moet een functie hebben.

Dat is jammer, want daar gaat veel verloren aan mogelijkheden voor ontspanning, maar ook voor zelfontplooiing.

Ook in huizen missen we dit soort 'restruimtes', plekken zonder duidelijke bestemming. Plekken waar je met je blokken kon spelen en ze mochten blijven liggen tot de volgende dag omdat ze niet in de weg lagen. Maar ook dat maken we niet meer, woningen met dat beetje overmaat; een brede gang, een flinke hal of een grote kelder. In de woningen moet elke millimeter

worden benut om goed verkoopbaar te zijn. Woningen worden zo efficiënte woonmachines. Maar zijn ze nog leuk of goed?

Onze drang tot efficiëntie met al zijn ogenschijnlijke financiële voordelen heeft veel concrete nadelen. Waar gebouwen van oudsher gebruiksmiddelen of gebruikersproducten waren, worden zij langzamerhand omgevormd tot vastgoedproducten, tot een financiële tool. De mens is te veel uit beeld geraakt en alle mooie architectonische foefjes om dat te verzachten, kunnen het euvel niet verhelpen: we ontwerpen steden en woningen voor het rendement, niet meer voor de gebruikers.

## Woongeluk en spel

Eigenlijk zou de belangrijkste doelstelling bij gebouwen toch gewoon het woongeluk van de bewoners moeten zijn. Natuurlijk ook financieel realistisch, dat is logisch. Voor dit woongeluk zijn drie aspecten van belang (Juli ontwerp, 2020):

- verbinding voelen met je woonomgeving: gehechtheid en collectiviteit;
- invloed hebben op je woonomgeving: autonomie in combinatie met veranderbaarheid;
- wonen in een omgeving die je helpt gezond te leven: fysiek maar ook sociaal.

Kunnen spelen is een waardevol onderdeel van dit woongeluk. Alle drie de aspecten van woongeluk komen aan bod: je leert contact leggen met anderen, je hebt invloed op wat je wilt doen en het houdt je fit en gezond.

Spel is noodzakelijk om te leren omgaan met anderen, om je creativiteit en intelligentie te ontwikkelen en om te ontdekken, om je als individu weerbaarder te maken. Een leuk voorbeeld hiervan wordt gegeven in het boek *De opvoedparadox* van Alison Gopnik. Zij geeft aan dat er een groot verschil is tussen vogels die vrijwel direct het nest uit moeten en voor hun eigen eten moeten zorgen (nestvlinders, zoals

kippen) en vogels die lang door hun ouders van voedsel worden voorzien (nestblijvers, zoals eksters). Doordat ze de gelegenheid krijgen om aan te klooiën, het gedrag van hun ouders te kopiëren, dingen uit te proberen, daarbij fouten te maken en te leren, blijken de eksters veel intelligenter te worden (onder meer in voedsel verzamelen) dan de kippen.

Voor dit woongeluk, voor dit stimuleren van spel, moeten we veel (meer) weten van het gedrag van bewoners van onze steden, van onze gebouwen. Op dat punt komt ontwikkelingspsychologie om de hoek kijken. Een discipline van groot belang voor gelukkige steden maar waar we als architecten verbazend weinig van hebben meegekregen in onze opleiding.

## Omgevingspsychologie

Omgevingspsychologie bestudeert de uitwisselingen tussen mensen en de fysieke omgeving (Gifford, 2007). Hoe mensen hun omgeving veranderen, en de sturing van hun gedrag door de omgeving. Het is daarmee een krachtige hulp om te bestuderen hoe we mensen gelukkiger kunnen maken in hun omgeving.

Het blijkt dat we ons prettig voelen bij een combinatie van veiligheid en uitdaging. Voortkomend uit de oeroude combinatie van de 'savanne', die veiligheid geeft door zijn leegte, overzicht en ontsnappingsroutes, en de 'jungle', die mysterie en ontdekking biedt: *explore without getting lost, prospect and refuge* (Ruddell & Hammitt, 1987).

Omgevingspsychologie leert ons meer gebruikersgericht te kijken naar het ontwerpen van woonomgevingen en steden die bijdragen aan het geluk en de gezondheid van de bewoners. Daar is overigens enkele decennia geleden al behoorlijk mee geëxperimenteerd, daar kunnen we van leren. Een belangrijk terugkerend thema in projecten uit die tijd is het werken met een kleinere sociale korrel zoals buurtjes en een sterke inbreng van bewoners bij de planvorming.

Collectiviteit en invloed eigenlijk, belangrijke elementen van woongeluk.

## Steden als samenspel van buurtjes

Door het verdichten van onze steden wonen we met steeds meer mensen in vaak grote gebouwen, op een klein oppervlak. Om daarbij een gevoel van anonimiteit en 'crowding' te voorkomen, met onrust, beperking van je persoonlijke vrijheden, maar ook angst en vervreemding als gevolg, is het centraal stellen van het woongeluk van de gebruiker steeds belangrijker geworden. Niet meer vooral efficiëntie en rendement, maar sturen op een gevoel van trots op je woonplek; op gehechtheid, verbinding en betrokkenheid tussen de bewoners.

## Gehechtheid

Scannell en Gifford (2014) onderzochten wat bewoners een gevoel van gehechtheid geeft. Herinneringen scoren daarin het hoogst (69%), maar ook een gevoel van erbij te horen (54%), een thuisgevoel, veiligheid (49%), ondersteunen van activiteiten (33%) en persoonlijke ontwikkeling (22%). Helaas voor mijn vak van architect telt esthetiek maar voor 7% mee. Gehechtheid aan een huis, buurt en stad, gaat dus duidelijk om meer dan een 'mooi' ontwerp. Het gaat om de mensen, de gebruikers, hun gedrag en hun welbevinden.

Het gevoel van 'erbij horen', 'een thuisgevoel' en 'veiligheid' wordt versterkt wanneer gewerkt wordt met een kleinere sociale korrel, bijvoorbeeld een buurtje. Waar je je burens kent en waar extra ruimte is voor ontmoetingen, samen barbecueën en samen spelen; eigenlijk hofjes in een stedelijke setting. Dat kan in een grondgebonden uitvoering, maar ook gestapeld, als een soort 3-dimensionale buurtjes van een paar verdiepingen, met daarboven een nieuw buurtje. Wanneer we ook nog kunnen meedelen wie er bij ons in het buurtje komt wonen, wordt het gevoel van thuis voelen en veiligheid verder versterkt. Of, als alternatief in verband

met inclusiviteit, heldere afspraken maken over hoe je met elkaar omgaat in een buurtje, hoe je gezamenlijke zaken organiseert en hoe je zorgt voor een goede opvolging daarvan.

## De opbouw van goede buurtjes

Om buurtjes, of hofjes, goed te laten werken zijn een aantal zaken belangrijk.

Een goed buurtje bestaat uit een beperkt aantal woningen. De mening verschilt over wat een goede omvang is, maar ergens tussen de 15 en 35 woningen lijkt goed te werken: groot genoeg om niet beklemmend te zijn, klein genoeg om intiem te zijn. Voeg collectieve plekken toe aan de buurtjes: een parkje of pleintje bij grondgebonden woningen, een groen dak of een atrium met plekken om te zitten bij gestapelde buurtjes. Volgens omgevingspsycholoog Robert Gifford is een 'hondengroentje' (parkje/uitlaatsplek) onmisbaar, omdat juist hier veel spontane sociale contacten ontstaan.

Het is belangrijk de overgang van privégebied naar collectief gebied in buurtjes heel zorgvuldig te ontwerpen. Geef bewoners een plek aansluitend aan hun woning, waar ze kunnen zitten met uitzicht op het collectief. Ik gebruik regelmatig het voorbeeld van een voortent: de plek waar iedereen je groet, maar niemand naast je komt zitten. Waar je kunt kijken naar het 'campinggroentje' en kan beslissen of het leuk genoeg is om mee te doen of niet. Vertaald naar woningen in een buurtje: geef ze een veranda, een stoepje of een brede galerij. Een plek die voelt als verlengstuk van het huis. Het draagt ook nog eens bij aan de sociale veiligheid en goed onderhoud van de buitenruimte. De bekende sociologe Jane Jacobs pleitte om die reden in de jaren 60 al voor *eyes on the street*: woningen met verblijfsplekken aan de straat.

Collectiviteit in een buurtje kan verder worden bevorderd door de dagelijkse routines, zoals afval wegbrengen, fietsen stallen, bergingen en

dergelijke zo te positioneren, dat de 'toevallige ontmoetingen' met je burens makkelijk plaatsvinden. Dat is een belangrijk aspect van een gevoel van collectiviteit, de toevallige ontmoetingen. Als je dat dan ook nog combineert met een stuk 'overmaat' in het buurtje, in te richten en te beheren door de bewoners zelf, dan kun je ook collectieve functies met elkaar delen: werken, sporten, klussen, spelen, noem maar op en zo de collectiviteit en gehechtheid nog meer versterken.

Het buurtje alleen van collectieve plekken en functies voorzien is niet voldoende. Belangrijk is dat er ook een structuur komt om die goed te gebruiken, om zaken echt voor elkaar te krijgen. De 'goede afspraken hoe je met elkaar omgaat'. Volgens Robert Gifford is onder andere een *informal major* – een 'buurtoudste', iemand die een informeel aanspreekpunt of organisator is van een pleintje of een buurtje – belangrijk op dit soort collectieve plekken. Natuurlijke kunnen goede nudges ook helpen om de collectiviteit te versterken.

## Zintuigelijk ontwerpen

In buurtjes wil je veiligheid en uitdaging creëren. Omgevingspsycholoog Kaplan geeft hierover aan dat de juiste combinatie van coherentie en complexiteit goed werkt: *"Add some mystery: you can learn here."* Wat natuurlijk weer spel stimuleert.

Coherentie heeft een ruimtelijke component. Onze zintuigen spelen daarbij een centrale rol. Goed daglicht, zicht op water, of beter nog het geluid ervan, een goede akoestiek en een rijke textuur; het zijn allemaal zaken die ons ondersteunen in het prettig vinden van een woonomgeving.

Ook groen helpt ons daarbij, het ontspant ons. Ons brein komt tot rust van groen, daar hoeven we – althans in Nederland, in de jungle zal dat wat anders werken – niets van te vrezzen. We hoeven er niets te interpreteren, zoals we dat

wel met cultuuruitingen moeten doen (Kaplan, 1995). Kleine geurende planten schijnen dit effect te maximaliseren. Zelfs afbeeldingen van de natuur helpen al.

Natuurlijke materialen vinden we ook heel prettig. Zo blijken leerlingen in houten scholen betere leerprestaties te hebben dan leerlingen in niet-houten scholen (Kelz, Grote & Moser, 2011). De geur, de kleur, de textuur van hout; we ervaren dat als prettig. Met mate overigens, een sauna-uitstraling gaat weer te ver.

Al deze natuurlijke elementen geven rust en daarmee tegenwicht aan de stress en chaos die een drukke verstedelijkte omgeving ons kan geven. Mooi hoe natuurlijke elementen onze stedelijke woonbeleving kunnen verbeteren. Hoe vanuit een groter gevoel van rust en veiligheid ruimte ontstaat voor plezierige verwarring, voor ontdekken.

Dit wordt versterkt door een beetje mysterie toe te voegen, uitdaging en prikkeling (Kaplan & Kaplan, 1982). Dat kan iets zijn wat onaf is, nog zonder bestemming of informele circuits in een buurtje; ongezien je route vinden. Maar ook onverwachte zichtlijnen, werken met coulissen, materialen met een onverwachte textuur kunnen allemaal een gevoel van mysterie geven. In de architectuur kan het enorm helpen om die niet te serieus te maken, te mooi, te netjes, te museaal. Geef de bewoners het gevoel dat hun inbreng welkom is, gewaardeerd wordt, dan gaan ze vanzelf meer spelen.

## Vastgoed kan zoveel meer betekenen

Vastgoed wordt vaak gezien als het middel om mensen van woningen te voorzien en dat wordt zo effectief en winstgevend mogelijk gedaan. Het zou echter zoveel meer kunnen betekenen voor steden. Het kan de sociale hechting van burgers ondersteunen, de stad veiliger en leefbaarder maken. Grote maatschappelijke onderwerpen als eenzaamheid, inclusiviteit en participatie kunnen met goed vastgoed beter

worden aangepakt. Het kan bijdragen aan het geluk en de gezondheid van bewoners en daarmee aan bijvoorbeeld het verlagen van ziektekosten. Ook kan het uitnodigen tot verwondering en tot spelen en zo niet alleen voor meer ontspanning zorgen, maar ook voor verhoging van creativiteit en intelligentie, van volwassenen maar zeker ook van kinderen. Door gebouwen op deze manier te realiseren kunnen we maatschappelijke waarde en vastgoedwaarde combineren.

Omgevingspsychologie kan ons helpen om dit woongeluk te stimuleren. Door buurtjes te ontwerpen met een veilige, congruente woonomgeving met overmaat, met ruimte voor veel toevallige ontmoetingen. Met net dat beetje mysterie dat we ons vrij en uitgenodigd voelen om te gaan spelen, om ons te verwonderen, om te ontdekken.

Er valt nog veel te doen in de bouwwereld. Stap één is echter duidelijk wat mij betreft: ons meer verdiepen in de gebruikers van het vastgoed door onze kennis van omgevingspsychologie te vergroten en toe te passen in gebouwen. ■

Pim van der Ven is founding partner en architect bij Juli Ontwerp. 'Creating healthy buildings for happy lives' is de missie van dit Rotterdamse architectenbureau. Ze ontwerpen vastgoed dat het geluk en de gezondheid van de mensen die wonen en werken in onze steeds meer verdichtende steden centraal stelt.

[www.juliontwerp.eu](http://www.juliontwerp.eu)

## Referenties

- Gifford, R. (2007). Environmental Psychology and Sustainable Development: Expansion, Maturation, and Challenges. *Journal of Social Issues*, 63(1), 199-231.
- Gopnik, A. (2017). *De opvoedparadox: Over de ouder als tuinman of timmerman*. Amsterdam: Nieuwezijds.
- Hamers, D. (2006). *Niemandland*. Rotterdam: Lemniscaat.
- Jacobs, J. (1961). *The Death and Life of Great American Cities*. New York: Random House.
- Juli Ontwerp (2020). *Programma van Eisen voor Geluk en Gezondheid* [eigen publicatie].
- Kaplan, S. (1995). The restorative benefits of nature: Toward an integrative framework. *Journal of Environmental Psychology*, 15(3), 169-182.
- Kaplan, S., & Kaplan, R. (1982). *Cognition and environment: Functioning in an uncertain world*. New York: Praeger.
- Kelz, C., Grote, V., & Moser, M. (2011). *Interior wood use in classrooms reduces pupils' stress levels*.
- Ruddell E.J., & Hammitt, W.E. (1987). Prospect refuge theory: A psychological orientation for edge effect in recreation environments. *Journal of Leisure Research*, 19(4), 249-260.
- Scannell, L., & Gifford, R. (2014). The psychology of place attachment. In R. Gifford (Red.), *Environmental Psychology: Principles and Practice* Edition. Optimal Books.