

## **De invloed van de groenheid van het uitzicht vanuit de klas op de aandachtscapaciteit van kinderen**

**[ *The greenness of the view through a window may influence recovery from attentional fatigue in children* ]**

Arthur Agterberg (MSc student, TU Eindhoven)

In mijn afstudeeronderzoek breng ik twee dingen samen die ik interessant vind, namelijk onderzoek bij kinderen en restauratie. Ik wil kijken hoe de aandacht van de kinderen beïnvloed wordt door het uitzicht. Bij het uitzicht wil ik dan nog onderscheid maken in de groenheid van het uitzicht: overwegend natuurlijke of stedelijke aspecten. Ik wil dus kijken of kinderen op scholen met een natuurlijk uitzicht een betere aandacht hebben als scholen met een stedelijk uitzicht.

### *Theorie*

De Attention Restoration Theory (ART) richt zich op het herstellen van vermoeidheid die veroorzaakt wordt door gerichte aandacht. ART gaat er vanuit dat zwaar geestelijk werk leidt tot DAF (Directed Attention Fatigue). Bij DAF hebben mensen moeite zich te concentreren, voelen ze zich snel geïrriteerd en zijn ze snel afgeleid. In een restauratieve omgeving komen mensen bij van de gerichte aandacht (de aandacht herstellen), omdat er sprake is van ongerichte (vrijwillige) aandacht. Het blijkt dat natuurlijke omgevingen goed werken als restauratieve omgeving. Iedereen weet uit eigen ervaring dat de natuur een plek is waar je tot rust komt en kunt herstellen van de dagelijkse hectiek. Steeds meer mensen hebben tegenwoordig last van stress. Deze stress blijkt al verminderd te worden door een wandeling in de natuur of alleen al het kijken naar natuur. Uit diverse onderzoeken is de positieve invloed van de natuur op de mens vastgesteld. Het blijkt dat we niet perse in de natuur hoeven zijn om er gezonder van te worden: alleen al het kijken naar natuur blijkt te leiden tot vermindering van lichamelijke en psychische klachten. Uit een bekend onderzoek van Ulrich (1984) bleken ziekenhuis patiënten met een groen uitzicht sneller te herstellen en minder om pijnstillers te vragen dan patiënten die uitzicht hadden op een muur. Studenten met een natuurlijk uitzicht vanuit hun slaapzaal blijken een betere aandachtscapaciteit te hebben dan studenten met een grijs uitzicht. Verder verblijven gevangenen met uitzicht op gras of bos minder vaak in de ziekenzaal dan gevangenen met uitzicht op een stenen binnenplaats. De positieve effecten van een groen uitzicht blijken vooral veroorzaakt te worden door het kijken naar elementen zoals bomen, gras en water en minder door het kijken naar de lucht, het weer en zonsondergangen.

Als er in de woonomgeving van kinderen veel groen is dan blijkt dit een positief effect op hun aandacht te hebben. Kinderen met ADHD blijken in het dagelijks leven beter te functioneren na activiteiten in een groene omgeving. Een groener speelgebied leidt ertoe dat kinderen minder last hebben van hun AD/HD-symptomen. In mijn onderzoek wil ik bekijken of kinderen zonder ADHD ook betere aandacht hebben als het uitzicht vanuit de klas groener is.

### *Onderzoeksinstrumenten*

In mijn tussencolloquium zal ik verder vertellen over de onderzoeksinstrumenten. De Kids-PRS is een vragenlijst gebaseerd op de Perceived Restorativeness Scale van Hartig en de Teltest (engels: Star Counting Test) is een test waarmee de aandacht van de kinderen gemeten wordt.