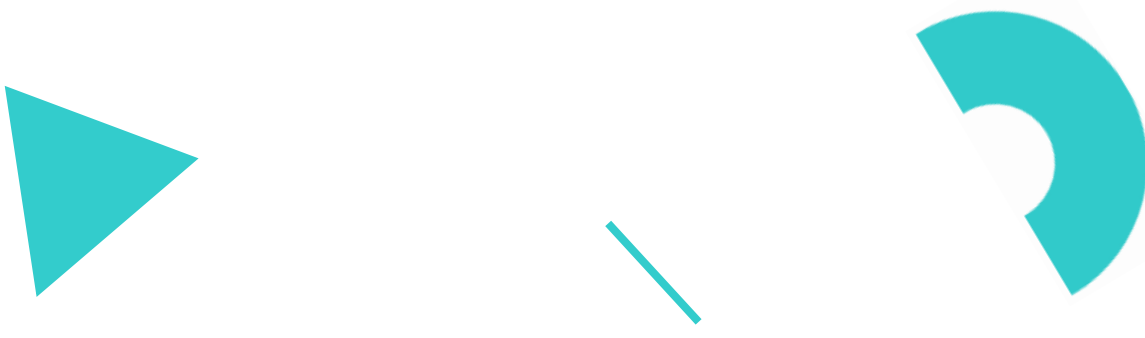
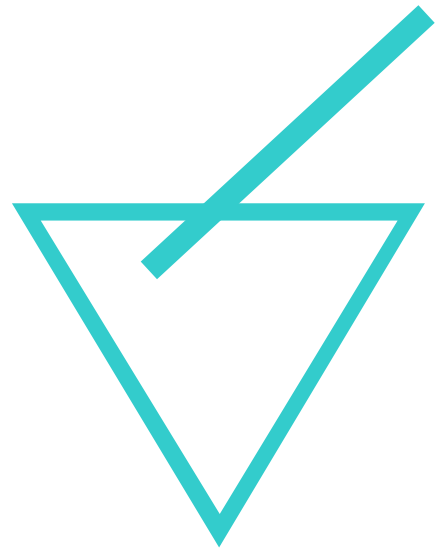
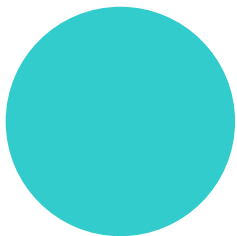



$$N = k \cdot K^2$$


Een formule die ons naar gezonder eetgedrag beweegt

Nele Vandeneede



$$N = k \cdot K^2$$

Een formule die ons naar gezonder eetgedrag beweegt

Supportive Narrative

Auteur: Nele Vandeneede

Studentnummer: 3012112

1^e lezer (coach): Imara Felkers

2^e lezer: Irene van Peer

3^e lezer: Aline Knip

Master Crossover Creativity

HKU – Hogeschool voor de Kunsten Utrecht

School: Creative Transformation

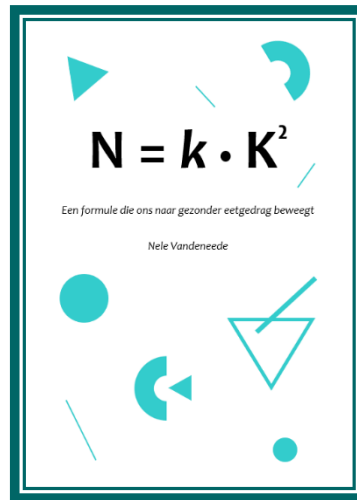
Juni 2022



*Voor het innerlijke kind dat schuilt in ons allen.
Dat het een leven lang mag spelen.
Het is het grootste goud wat we in ons dragen.*

Nele Vandeneede

“Ceci n’est pas un récit de soutien”



Un récit de soutien. Een supportive narrative.

Misschien moet ik U, beste lezer teleurstellen, maar wat u ziet, is geen supportive narrative. Het is een plaatje van een supportive narrative. Evenmin is ‘supportive narrative’ het ‘echte’ supportive narrative, maar is de werkelijkheid daaraan ontleend door het deze naam te geven. Deze naam is volstrekt willekeurig gekozen en opgebouwd vanuit opgelegde afspraken. Maar laat ik me nu juist niet aan die afspraken houden.

Laat ik kiezen voor een nieuwe context met nieuwe afspraken, waardoor we de werkelijkheid opnieuw kunnen onderzoeken en leren begrijpen. Laat ik nieuwe spelregels opstellen.

Ceci une expérience d'art culinaire.

- 1) Start met grote honger en een lege maag aan deze culinaire kunstbeleving.
- 2) Ga naar de spijskaart op pagina 6. Onderzoek deze uitgebreid en ontdek waar u van gaat watertanden. Begin daar dan mee óf bewaar deze gang tot het laatst, als beloning.
- 3) Kijk verder dan de letters die als arbitraire tekens achter elkaar woorden en zinsstructuren vormen. Laat de verbeeldingskracht haar werk doen, te allen tijde.
- 4) Ga op zoek naar de broccoli, de wortels, chocolade en slagroom tussendoor de witregels en bepaal zelf wat u het lekkerst vindt.
- 5) Vergeet niet uit te buiken en uw bevindingen te overpeinzen. Doe dat bij voorkeur alleen en in stilte.
- 6) Neem uw bevindingen mee naar onze volgende ontmoeting. Het is de start van onze co-creatie.

Met dit spel kunnen we de werkelijkheid opnieuw uitvinden waardoor we dichterbij de werkelijkheid komen dan de werkelijkheid dat zelf kan.

Dus, beste lezer, speelt u met me mee?

Nele Vandeneede

Breda, Juni 2022

In een notendop

Overgewicht is in Nederland een sociaal maatschappelijk gezondheidsprobleem. Ongeveer de helft van de volwassen mensen kampt met overgewicht. Via het in 2018 opgestelde Preventieakkoord probeert de Rijksoverheid samen met 70 partners overgewicht en ongezond eetgedrag aan te pakken. In 2021 is het percentage volwassenen met overgewicht nog niet gedaald. Blijkbaar is een andere aanpak nodig om tot gezonder eetgedrag en minder overgewicht te komen.

De huidige aanpak benadert gezond eetgedrag teveel met een wijzende vinger en teveel vanuit het medische aspect. Dit onderzoek onderzocht de mogelijkheden om van een belerende taal naar een stimulerende taal te gaan. Een persoonlijke fascinatie en ervaring, maar ook wetenschappelijk onderzoek onderbouwen dat een crossover tussen kunst en koken een nieuwe taal voor gezonde voeding kan genereren door eten tot een multizintuigelijke beleving te maken. En laat dat nu net helpen om vastgeroeste eetpatronen rond (ongezond) eetgedrag te doorbreken.

Dit onderzoek had tot doel kinderen tussen 9-13 jaar met een ongezond eetpatroon door een kunstzinnig educatie- en participatietraject meer open te laten staan voor gezonde voeding. De doelgroep kinderen is bewust gekozen, aangezien preventie hier begint. De strategie was hen te verleiden tot gezond eetgedrag door inzet van een andere taal (kunst en design) en een positieve benadering via spel. Deze taal leidde tot de formule $N = k \cdot K^2$ wat *kind x KOK x KUNSTENAAR* betekent. De formule komt voort uit het gegeven dat men via kunst en spel de emotie kan raken. Ontwerpen op emotie maakt het mogelijk om negatieve emoties weg te ontwerpen en via ontwerp positieve emoties te creëren die leiden tot gedragsverandering.

De hoofdvraag is: Hoe kan de kruisbestuiving tussen koken en kunst gezonder eetgedrag bij kinderen tussen 9 en 13 jaar stimuleren?

In acht weken tijd is met 19 kinderen van basisschool Koningshaven spelenderwijs toegewerkt naar een culinaire kunstbeleving in de vorm van een proefavond. Het product van deze co-creatie tussen kind, kok en kunstenaar is in twee testrondes gepresenteerd aan ouders en samenwerkingspartners.

In het proces is vakoverstijgend gewerkt, waardoor de grenzen tussen disciplines vervaagden en de kok en kunstenaar nieuwe kennis ontwikkelden middels een module. De inzet van spel en kunstzinnige interventies is daarin de motor om de kok op een innovatieve manier om te laten gaan met diens ambacht, waardoor meer ruimte ontstaat voor verbeeldingskracht. Met name dankzij de positieve en persoonlijke benadering, ontstaat bij het kind een grotere betrokkenheid en meer openheid tot leren en participeren. Tijdens het proces was hierin een zichtbare groei te merken bij de kinderen. Ook kan de kracht van kunst en spel haar dienst bewijzen in het creëren van een nieuwe (beeld)taal voor gezonde voeding, welke de verwondering en nieuwsgierigheid voor gezond eten aanwakkert. Hierdoor zal het kind meer bereid zijn om nieuwe dingen uit te proberen en conventies aan de kant te schuiven.

Kunst en spel blijken een katalysator in het stimuleren van gezonder eetgedrag bij kinderen, doordat ze aanzetten tot exploratie en eetpatronen letterlijk in beweging brengen. Een eerste concrete uitkomst van dit crossover proces zijn negen ontwerpprincipes die in een project ervoor kunnen zorgen dat kinderen meer open staan voor gezonde voeding. Dit project maakte een goede, zichtbare start om tot gedragsverandering te komen. De realiteit leert ook dat structurele gedragsverandering meer tijd en continuïteit vraagt.

Het project startte op microniveau in de wijk Fatima in Tilburg. Door cross-sectorale verbindingen te leggen met uiteenlopende domeinen waaronder design, onderwijs, horeca en gezondheidszorg, biedt het project doorgroeimogelijkheden richting meso- en macroniveau. Als tweede concrete uitkomst zet dit onderzoek hierin de eerste vervolgstappen door onder andere onderwijsinnovatie binnen de MBO koksopleiding te definiëren en het ambassadeurschap van ouders binnen het basisonderwijs te stimuleren.

In a nutshell

Overweight is a social health problem in the Netherlands. Approximately half of the adult population is classed as overweight. Through the National Prevention Agreement drawn up in 2018, the national government and 70 partners are trying to tackle overweight and unhealthy eating behaviour. By 2021, the percentage of overweight adults had not yet decreased. Apparently a different approach is needed to achieve healthier eating behaviour and reduce obesity.

The current approach to achieving healthy eating tends to be too incriminatory and medically orientated. This research explored the possibilities of moving from a prescriptive tone to the use of encouraging language. A personal fascination and experience, as well as scientific research supports the hypothesis that a crossover between art and cooking can generate a new language for healthy food by turning food into a multi-sensory experience. And that is just what is needed to break through entrenched eating patterns around (unhealthy) eating behaviour.

The aim of this study was to make children between 9-13 years of age with unhealthy diets more open to healthy food via a process of artistic education and participation. The target group of children has been deliberately chosen, since prevention starts here. A strategy was used where the children were tempted into healthy eating behaviour by using a different language (art and design) and a positive approach in a playful way. This language led to 'Formula N' which stands for $N = c \cdot C \cdot A$ and includes *child* x CHEF x ARTIST. The formula stems from the fact that one can touch the emotion through art and play. Designing based on emotion makes it possible to design away negative emotions and to create positive emotions through a design that leads to behavioural change.

The main question is: How can the crossover between cooking and art encourage healthier eating behaviour in children aged between 9 and 13 years.

Over an eight week period, 19 children from the Koningshaven primary school worked, through play, towards a culinary art experience in the form of a tasting evening. The product of this co-creation between child, chef and artist was presented to parents and cooperating partners in two test rounds.

The process involved working across disciplines, thus blurring the boundaries between disciplines and allowing the chef and artist to develop new knowledge through a module. The use of play and artistic interventions is the motor that allows the chef to deal with his craft in an innovative way, which creates more room for imagination. Thanks to the positive and personal approach in particular, the child develops greater involvement and becomes more open to learning and participating. During the process, the children experienced a visible growth. The power of art and play can also prove its worth in creating a new (visual) language for healthy food, which stimulates amazement and curiosity about healthy food. This will make the child more willing to try new things and let go of conventions.

Art and play prove to be a catalyst in stimulating healthier eating behaviour in children, because they encourage exploration and literally set eating patterns in motion. An initial tangible outcome of this crossover process are nine design principles that can ensure that children are more open to healthy food in a project.

This project made a good, visible start in bringing about behavioural change. Experience also shows that structural behavioural change requires more time and continuity.

The project started at a micro level in the Fatima district in Tilburg. Through cross-sectoral connections between various other domains such as design, education, food service industry and healthcare, the project offers opportunities for growth towards the meso and macro levels. As a second tangible outcome, this research is already taking initial further steps in this regard, for example by defining educational innovation in the training course for cooks at MBO (senior secondary vocational education) level and by stimulating the ambassadorship of parents in primary school.

Spijskaart

Préparé	3
In een notendop	4
In a nutshell	5
Letterkoekjes	7
Hoofdstuk I: Mooncake – 月餅	8
Hoofdstuk II: Traktaties	13
Hoofdstuk III: Formule N – Het geheime recept	20
Hoofdstuk IV: Vlaamse Klassiekers	26
Hoofdstuk V: Appels uit het paradijs	35
Hoofdstuk VI: Takeaway.nl	38
Hoofdstuk VII: Prinses op de ERWT	40
Bronwater	44
WitLOF	47
Side dishes	48
Over de auteur	68

Letterkoekjes

- **Auto-etnografisch onderzoek**

Auto-etnografisch onderzoek – of relationeel zelfonderzoek – is een benadering waarbij de geleefde ervaring van een persoon in zijn/haar culturele context centraal staat.

- **Co-creatie**

Vorm van samenwerking waarbij alle deelnemers invloed hebben op het proces en het resultaat. Voorwaarden voor succesvolle co-creatie zijn gelijkwaardigheid van de deelnemers, wederkerigheid, openheid en vertrouwen. Co-creatie is goed bruikbaar voor het oplossen van complexe vraagstukken en het realiseren van veranderingen.

- **Design Thinking methode**

Design Thinking is een methode die met name gebruikt wordt om complexe problemen op te lossen, de zogenaamde wicked problems. De mens staat centraal binnen de methodiek door problemen steeds vanuit menselijke behoeften te definiëren.

- **Etnografisch onderzoek**

Een vorm van onderzoek waarbij men deel uitmaakt van de leefomgeving van de respondenten en men die leefomgeving beschrijft.

- **Generatieve sessie**

Het basisprincipe hiervan is dat mensen iets maken en daar vervolgens over vertellen. Hierdoor wordt een brug geslagen van wat men zegt naar wat men weet, voelt, droomt. Door herinneringen te bespreken worden mensen zich bewust van hun latente behoeften, waarop kan worden ingespeeld met relevante vernieuwende ontwerpen.

- **Gezond eetgedrag**

De persoonlijke definitie die in dit onderzoek wordt gehanteerd, behelst: bewust eten, samen eten, plezier hebben in eten, genieten van eten, autonomie hebben over eten. Eten wat je lekker vindt en voedzaam is voor geest en lichaam en waar je je energiek en in balans door voelt. Gezond eetgedrag is doen aan zelfzorg.

- **Kruisbestuiving / crossovers**

Kruisbestuiving is een proces waarbij creativiteit vanuit de creatieve sector (waaronder kunst en cultuur) met andere sectoren interageert om zo tot innovatie en oplossingen van maatschappelijke problemen te komen.

- **Micro-, meso-, macroniveau**

Microniveau betekent dat je kijkt naar individuele mensen, mesoniveau betekent dat je kijkt naar groepen mensen, macroniveau betekent dat je kijkt naar de samenleving als geheel.

- **N=1-complex**

De overtuiging dat één ervaring of enkele ervaringen per definitie niet van betekenis zijn. Dit zie je vaak terug in rapporten en beleidskeuzes. Ervaringen gaan bij een N=1-complex pas tellen als het er veel zijn.

- **N=1-onderzoek**

Onderzoek waar maar één onderzoeksobject wordt onderzocht

- **Ontwerpprincipes**

Ontwerpprincipes zijn richtlijnen voor het design van je product. Ze inspireren en helpen bij het genereren van vernieuwende, gebruiksvriendelijke ideeën als wel bij het kiezen van ideeën. Ze helpen te toetsen of je product en proces aansluit bij de verwachting, behoefte en context van de gebruiker. Ze helpen je om stakeholders, ontwerpers, developers en anderen op één lijn te krijgen.

- **Transdisciplinair samenwerken**

De grenzen van de disciplines vervagen in de samenwerking, omdat men elkaars discipline zo goed kent en men zich in samenspraak gedeeltelijk op elkaars werkterrein begeeft. Men gaat vakoverschrijdend werken en neemt soms taken van elkaar over.

Hoofdstuk I.

Mooncake

月餅

Maanaanbidding is een van de belangrijkste heidense festiviteiten in Chinese en Aziatische families voor mid-herfst (中秋節). Het gaat gepaard met het aanbieden van mooncakes ter ere van de volle maan op deze nacht. De volle maan symboliseert volledigheid voor de hereniging van familie en vrienden en betekent harmonie en eenheid.

De antropologie van voedsel

Aanleiding

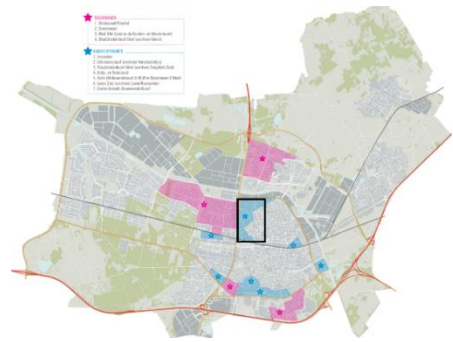
Het sociaal maatschappelijk gezondheidsprobleem: ongezond eetgedrag

In het Nationaal Preventieakkoord staan maatregelen om Nederland gezonder te maken. De Rijksoverheid heeft daarvoor afspraken gemaakt met ruim 70 organisaties en stelt jaarlijks budget beschikbaar. Het akkoord richt zich specifiek op drie thema's: een rookvrije generatie, minder overgewicht en minder overmatig alcoholgebruik. Recentelijk CBS onderzoek laat zien dat sinds 2018, bij de start van het Nationaal Preventieakkoord, ondanks al het gemaakt beleid en de uitgevoerde projecten, het percentage aan mensen met overgewicht niet is afgenomen. Daarnaast komt obesitas twee keer zo vaak voor onder mensen met een lagere sociaaleconomische status.

Ook gemeenten vertalen het Preventieakkoord naar een lokale aanpak. Zo wil de stad Tilburg met een lokaal Preventieakkoord bijdragen aan de gezondheid en het geluk van haar inwoners. Hoewel iedereen het recht heeft op een goede gezondheid, is deze niet voor iedereen zo vanzelfsprekend. Economische en sociale ongelijkheid maken al gauw dat iemand een minder kansrijke start heeft en/of goede opvoeding geniet. Met name mensen met een lage sociaaleconomische status (SES) en/of migratieachtergrond hebben qua gezondheid en leefomstandigheden meer te lijden. De gevolgen van de COVID-19 pandemie en de genomen maatregelen versterken momenteel deze groter wordende gezondheidsverschillen.

Ook in de wijk Fatima, die bekend staat als een aandachtswijk, is dit probleem gesignaleerd. Onder meer op basisschool Koningshaven waar ongezonde voeding en ondervoeding bij kinderen wordt waargenomen en de ouderbetrokkenheid rondom dit thema bij vele gezinnen gering is.

Het CBS onderzoek toont aan dat de huidige aanpak onvoldoende helpt om gezonder eetgedrag te stimuleren en de kans op obesitas daarmee terug te dringen. Een andere preventieaanpak is nodig. Om tot gedragsverandering te komen is fysieke en mentale beweging nodig. Ik geloof dat een crossover tussen kunst en koken een kansrijke oplossing biedt. Dit geloof en de wens om gezonder eetgedrag te stimuleren, vormen de basis van het onderwerp van dit onderzoek.



Figuur: wijk Fatima, Tilburg

Onderwerp van het onderzoek:

Vanuit het bredere containerbegrip 'gezondheid' en het gedachtengoed vanuit het Preventieakkoord, maar ook vanuit het gegeven dat ongezond eetgedrag bij kinderen in de wijk Fatima een bekend probleem is, richt dit onderzoek zich specifiek op het stimuleren van gezond eetgedrag bij kinderen tussen 9 en 13 jaar.

Persoonlijke 'why': "Ik ga het later anders doen."

Los van de maatschappelijke noodzaak om bij te dragen aan de gezondheid van mensen ligt ook een persoonlijke 'why' verscholen in dit thema en project. Allereerst mijn grote fascinatie voor koken en gezonde voeding. Als kind had ik de droom om kok te worden, een echte sterrenchef. Maar ik wilde wel een restaurant met uitsluitend gezonde, verantwoorde en chique gerechten. Ik was een kind met oog voor detail en een diep gevoel voor esthetiek. Dit wilde ik inzetten om mijn omgeving uit te nodigen nieuwe, gezonde dingen te proberen. De behoefte om mij zo te focussen op gezonde voeding komt doordat ik in mijn eigen opvoeding kennis over en aandacht voor gezonde voeding heb gemist. Naast fysieke aanleg leidde verkeerd eetgedrag tot ontzettende zwaarlijvigheid en vele pesterijen en uitsluiting op school en in hobbyclubs, wat later zelfs uitmondde in een eetstoornis. Het stigma wat omheen overgewicht en obesitas heerst, bewijst zich door de manier waarop ik tevens werd behandeld in het medisch centrum. Vrijwel alles 'behalve' het cijfer op de weegschaal en mijn uiterlijke vertoon was 'normaal' aan mij. Met de nadruk op het probleem kreeg ik op belerende toon mee wat beter voor me was.

Vanuit mijn liefde voor dans en voor koken, wil ik daarom in dit onderzoek deze twee mooie werelden en mijn grootste fascinaties bij elkaar brengen, namelijk: het choreograferen en het ontwerpen van kunstzinnige, zintuiglijke eetbelevingen. Vanuit de regisserende en ontwerpende bril geloof ik in de meerwaarde die beide

disciplines hebben om nieuwe perspectieven te bieden aan in dit geval het sociaal-maatschappelijke vraagstuk rondom 'gezond eetgedrag'. Dit onderzoek is daar een mooi pleidooi voor en richt zich op de crossover tussen kunst en koken.

Doelstelling van het onderzoek:

Kinderen met een ongezond eetpatroon middels een kunstzinnig educatie- en participatietraject meer open laten staan voor gezonde voeding. Op spelende, co-creërende wijze werk ik samen met de kinderen, een kok en kunstenaar aan kennis toename en bewustwording rondom gezonde, duurzame voeding. Ervaringsgericht leren vormt de aanpak om uiteindelijk ook tot gezonder eetgedrag te komen voor langere termijn.

Scope en context

Scope

Dit onderzoek start op microniveau: de toepasbaarheid van een module binnen een wijkinitiatief met kinderen. Juist om het benodigde intensieve traject aan te gaan om kunst, koken en kinderen aan elkaar te koppelen is ervoor gekozen om op microniveau te beginnen. Dit neemt niet weg dat er mogelijkheden zijn voor opschaling naar de andere niveaus. Hoofdstuk 7 toont potentiële vervolgstappen die zowel opschaling van het wijkinitiatief alsook andere doorontwikkelingen op meso- en op macro niveau mogelijk maken. Echter vallen deze voor nu buiten de scope van dit onderzoek.

Startpunt: school in de wijk

De basis voor dit onderzoek ligt in het gedachtengoed en missie van het Preventieakkoord van de gemeente Tilburg. Het startpunt vormt de wijk Fatima en dan specifiek basisschool Koningshaven. Een school is een dankbaar startpunt, immers, je beschikt al over een bestaand netwerk, waardoor je de doelgroep (kinderen) sneller bereikt. De wijk Fatima ligt in het Piushavengebied in Tilburg. Het is een wijk centraal gelegen in de stad en is volop in ontwikkeling qua infrastructuur. Fatima is een multiculturele wijk waar de sociaaleconomische status (SES) van de gemiddelde wijkbewoner laag ligt. Uitdagingen waaronder taalachterstand, armoede, werkloosheid, criminaliteit, huiselijk geweld en obesitas spelen vaak tegelijkertijd. De wijk wordt gekenmerkt als 'aandachtswijk'.

Het gegeven dat ongezond eetgedrag en obesitas in deze wijk bovengemiddeld veel voorkomt, maakt deze wijk kwetsbaar, maar daarmee het belang ook des te groter om het onderzoek juist in deze wijk toe te passen. Juist omdat reguliere aanpakken hier wellicht geen voet aan de grond krijgen. Dat maakt deze wijk geschikt, maar daarmee ook extra uitdagend. De verwachting is dat de kennis over gezond voeding laag is, ook omdat dit thema mogelijk overschaduwd wordt door andere problematieken.

Het kiezen voor de wijk Fatima is een bewuste en strategische keuze. De achtergrond van de wijk en de kinderen maakt uiteraard onderdeel van de wijze waarop het onderzoek is opgezet, maar vormt geen onderzoeksvraag op zich.

Doelgroep

Voor dit onderzoek zijn 19 kinderen tussen de leeftijd van 9 en 13 jaar en hun ouders/opvoeders betrokken geweest bij respectievelijk het ontwerp en de uitvoering van het project. Deze kinderen zijn schoolgaand op basisschool Koningshaven en vaak betrokken bij buitenschoolse activiteiten van R-Newt Kids (jongerenwerk, wijkcentrum).

De keuze voor kinderen is heel bewust. Zij zijn de toekomst, daar waar preventie van obesitas begint. Daarnaast zijn kinderen beïnvloedbaar, maar oefenen zij ook invloed uit op hun ouders. Door de kinderen te betrekken, betrek je veelal ook de ouders. Tenslotte zit spel vanzelfsprekend in het kind en laat dat net een sleutelrol vervullen in dit project. Door het kiezen van deze doelgroep kan het onderzoek zich richten op het ontwerpen van een oplossing die zich vooral richt op de preventie van obesitas vanaf jonge leeftijd.

Kind, kok en kunstenaar

Koken en kunst zijn de disciplines die de kruisbestuiving aangaan. Gezamenlijk gaan deze disciplines via een kok en een kunstenaar een proces van co-creatie aan met de groep kinderen van Koningshaven.

Samenwerkingspartners

Dit project kent een grote reikwijdte aan expertises uit verschillende domeinen, waaronder design, kunst & cultuur, horeca, onderwijs, overheid, wetenschap en gezondheidszorg. Deze reikwijdte geeft het project potentie om door te groeien van microniveau tot macroniveau. Het brengt in beeld hoe de kracht van samenwerking in een cross-sectorale context kan leiden tot een impactvolle innovatie voor, in dit geval, het sociaal-maatschappelijk vraagstuk rondom een gezond eetpatroon bij kinderen. In bijlage 1 (pagina 48) is een opsomming van alle samenwerkingspartners opgenomen. De impact van de samenwerkingspartners komt tot uiting in hoofdstuk 4 waarin proces en resultaat staan beschreven.

Maatschappelijke relevantie

Het onderzoeksthema wat in dit supportive narrative wordt belicht laat duidelijk zien dat de urgentie van de (lokale) overheid om bij te dragen aan de gezondheid van de burger hoog is, dat preventief handelen daarin kansen biedt, maar dat de aanpak tot nog toe onvoldoende leidt tot succesvolle of gewenste resultaten. Zichtbaar is de behoefte naar andere manieren en benaderingen, waarbij verhalen van de gebruiker centraal staan en verwondering de start kan zijn van nieuwsgierigheid, bewustwording en openheid tot leren. De taal die daarvoor nodig is, behoort toe aan kunstenaars en creatieve denkers. Dit onderzoek biedt daarom een solide kader en advies om creativiteit een actieve rol te laten spelen in het mede-ontwerpen van een oplossing voor een complex vraagstuk. Het heeft dus zowel een meerwaarde voor de creatieve sector als voor de maatschappelijke omgeving. Dit onderzoek brengt juist in beeld wat het belang van creativiteit is in andere domeinen om met complexe vraagstukken aan de slag te gaan. Eveneens bevestigt het de kracht van samenwerken in transdisciplinaire setting en de ruimte die ontstaat bij desbetreffende partijen om tot innoverende kennis en oplossingen te komen. Een verrijking zodus voor meerdere vakgebieden en in de eerste plaats ten bate van het kind dat kampt met het probleem.

Onderzoeksvragen (hoofd- en deelvragen)

In dit onderzoeksproject wordt een mogelijke oplossing ontworpen voor het sociaal-maatschappelijke vraagstuk: “Hoe kun je voorkomen dat kinderen in een ongezond eetpatroon belanden en/of vast blijven zitten?”. Om dit vraagstuk te onderzoeken zijn de volgende onderzoeksvragen opgesteld:

Hoofdvraag

Hoe kan de kruisbestuiving tussen koken en kunst gezonder eetgedrag bij kinderen tussen 9 en 13 jaar stimuleren?

Deelvragen

- 1) Welke strategieën worden op dit moment toegepast om gezond eetgedrag te stimuleren en wat is de effectiviteit daarvan?
- 2) Wat is kruisbestuiving en hoe ziet de kruisbestuiving tussen kunst en koken er uit?
- 3) Wat is de waarde van een co-creatief maakproces tussen kind, kok en kunstenaar?
- 4) Welke ontwerpprincipes zijn bepalend om kinderen meer open te laten staan voor gezonde voeding?
- 5) Wat heeft de inzet van kunstzinnige middelen gekatalyseerd en/of geremd in het stimuleren van gezonder eetgedrag bij kinderen?

Ontwerp vraag

Wat kan ik doen om kinderen meer open te laten staan voor gezonde voeding?

Onderzoeksopzet

Het project is opgezet vanuit een format waarbij in acht weken tijd intensief gewerkt is aan uitvoering en onderzoek. Zo werd gestart met een wervingsworkshop op de basisschool, gefaciliteerd door een kok en kunstenaar in de klas, waarbij kinderen van de groepen 6 t/m 8 les kregen rondom smaak, zintuiglijk bewustzijn en eetculturen. Naar aanleiding van deze workshops konden kinderen zich kosteloos inschrijven voor een (s)maaktraject van vijf weken. Samen met diezelfde kok en kunstenaar en met aanwezigheid van een extra sociaal werker leerden de kinderen allerlei gerechten bereiden, leerden ze op een performatieve manier omgaan met gastvrijheid en werden ze uitgedaagd conceptueel na te denken over presentatie- en belevingsmogelijkheden met eten. Aansluitend op deze vijf weken werden ouders/opvoeders en betrokken partijen uitgenodigd om in twee testrondes deel te nemen aan deze ontworpen culinaire kunstbeleving. Een uitgebreidere omschrijving van het procesverloop; wat allemaal heeft plaatsgevonden en hoe dat heeft plaatsgevonden, inclusief opbrengsten en inzichten, is te lezen in hoofdstuk 4.

Beoogd resultaat:

Het beoogde resultaat is het ontwikkelen van een module tussen kunstenaar, kok en kind. Hiermee wordt niet alleen toegewerkt naar een prototype om gezond eetgedrag te stimuleren bij kinderen, maar wordt ook een crossover gerealiseerd tussen primair onderwijs, middelbaar beroepsonderwijs en hoger beroepsonderwijs.

Leeswijzer

In **Hoofdstuk I: Mooncake** liet de maan haar licht schijnen op de pijnpunten, maar werden eveneens de kansrijke, zoete gebieden aangestipt om ongezond eetgedrag bij kinderen aan te pakken.

In **Hoofdstuk II: Traktaties** wordt de lezer getrakteerd op een aantal onweerstaanbare lekkernijen. Vier verleidingen, die gezamenlijk de wetenschappelijke onderbouwing vormen van dit onderzoek, worden hier behandeld. Om je vingers bij af te likken!

In **Hoofdstuk III: Formule N** wordt het geheime recept onthuld. Deze formule, gegoten in een uniek denkmodel, geeft richting aan manieren om het probleem op te lossen.

In **Hoofdstuk IV: Vlaamse Klassiekers** gooit de ontwerper haar Vlaamse charmes in de strijd om het doel te behalen. Dat doet ze niet alleen. Het proces wat in co-creatie met de kinderen, kok en kunstenaar is ontworpen, wordt hier uitgebreid toegelicht, met daarin de gevoerde werkwijze en methoden. Tevens worden de deelvragen beantwoord.

In **Hoofdstuk V: Appels uit het paradijs** wordt kritisch gereflecteerd op de vruchten die het proces en ontwerp hebben afgeworpen en wat de volgende keer anders moet zodat men in het prachtige Hof van Eden kan blijven.

In **Hoofdstuk VI: Takeaway.nl** wordt de hoofdvraag beantwoord en daarbij de conclusie gevormd om mee te nemen in een *doggybag* naar huis. Tevens wordt het onderzoek en haar uitkomsten hier gevalideerd.

In **Hoofdstuk VII: Prinses op de ERWT** wordt aandacht geschonken aan de 'erwt' die gedurende het proces onder het matras werd gevoeld. Dit hoofdstuk omvat mooie aanbevelingen voor vervolgonderzoek om het proces naar een hoger, kansrijker niveau te tillen. Om nog meer gebruikers 'lang en gelukkig' te laten leven.

In de hoofdstukken zal regelmatig verwezen worden naar bijlagen, de **side dishes** van dit menu. Hierin zijn gedetailleerde beschrijvingen van het onderzoeksproces bijgevoegd. Voor de kleine eters is er uitsluitend de **notendop/nutshell**, een hapje samengesteld met smaakmakers uit alle gerechten. Voor wie grote honger heeft is er ook nog **WitLOF** op grootmoeders wijze. Een echte aanrader om te proberen!

Bij dit menu wordt **bronwater** geserveerd, vervaardigd uit verschillende natuurlijke bronnen. Oh ja, en de **letterkoekjes**, die zijn er om tussendoor de gangen mee te spelen. Vorm er vooral je eigen *parole* mee!

Hoofdstuk II.

Traktaties

- 2.1 Wanneer we spelen en bewegen, beleven we, verbeelden we, spreken we onze creativiteit aan.
- 2.2 Wanneer we spelen en bewegen, wordt er geleerd met hoofd, hart en lichaam.
- 2.3 Wanneer we spelen en bewegen, leren we vanuit de ervaring.
- 2.3.1 Ervaringsgericht leren is een vorm van kennis opdoen.
- 2.3.1.1 Kennis wordt ontleend aan zintuiglijke waarnemingen.
- 2.3.1.1.1 Zintuiglijke waarnemingen geschiedt via zicht, gehoor, tast, smaak en geur.
- 2.3.1.1.1.1 Het tastzintuig is de basis voor de vier andere. (Over de ziel. – Aristoteles)
- 2.3.1.1.1.2 De tastzin geeft ons het meest directe en het meest authentieke contact met de wereld buiten ons. (Over de ziel. – Aristoteles)
- 2.3.1.1.1.3 Zonder tastzin kan de mens niet overleven. (Over de ziel. – Aristoteles)
- 2.3.1.1.1.4 Gedrag veranderen gaat in belangrijke mate via het gevoel, de tastzin.

Uit het Traktaat van Nele Vandeneede; de correspondentietheorie van de waarheid (naar Tractatus Logico-Philosophicus – Ludwig Wittgenstein)

Verleiding 1: hatsjoe-gezondheid!

Wat is gezondheid?

De WHO definieerde bij de oprichting in 1948 gezondheid als *'een toestand van compleet fysiek, mentaal en sociaal welbevinden en niet alleen de afwezigheid van ziekte of gebreken'*. Omdat dit een zeer idealistische formulering was, kwamen de Gezondheidsraad en ZonMw in 2009 met een nieuwe, dynamische opvatting van het begrip 'gezondheid'. Hierin staan functioneren, veerkracht en zelfregie centraal: *'Health as the ability to adapt and to self-manage, in the face of social, physical and emotional challenges.'* (*'Gezondheid als het vermogen om zich aan te passen en een eigen regie te voeren, in het licht van sociale, fysieke en emotionele uitdagingen in het leven.'*). Deze brede interpretatie met zes dimensies wordt nu 'positieve gezondheid' genoemd. De hoofddimensies zijn: lichaamsfuncties, mentale functies en beleving, spiritueel-existentiële dimensie, kwaliteit van leven, sociaal-maatschappelijk functioneren en dagelijks functioneren.

Nationaal Preventieakkoord als oplossing, maar werpt (nog) geen vruchten af

De Rijksoverheid voelt een verantwoordelijkheid om Nederland gezonder te maken. Zij benaderen vooral de negatieve effecten die roken, overgewicht en probleemdrinken hebben op nagenoeg alle hoofddimensies die de term gezondheid omvat. Elk jaar overlijden 35.000 mensen door de gevolgen van roken, overgewicht en alcohol. Samen met 70 maatschappelijke organisaties werkt de Rijksoverheid sinds 2018 via het Preventieakkoord aan het gezonder maken van Nederlanders. Inmiddels is daar ook het aanpakken en voorkomen van mentale gezondheidsproblemen bij gekomen. Een van de doelen die raakvlak hebben met het onderzoek dat dit supportieve narrative beschrijft, is het streven naar minder overgewicht (van 50% naar 38% van de volwassenen in 2040). Jaarlijks reserveert de overheid 60 miljoen euro om deze en andere doelen te halen.

Uit de gezondheidsenquête die het CBS in 2021 uitvoerde, blijkt echter dat het percentage mensen met overgewicht niet is afgenomen. Net als in 2018 ligt dat percentage op 50%. Een deel daarvan, 14%, betreft mensen met obesitas. Opvallend is dat het percentage mensen met overgewicht gekoppeld is aan zowel welvaartklasse als opleidingsniveau. Overgewicht komt minder vaak voor in de hoogste welvaartklasse. Opleidingsniveau lijkt nog een groter aandeel te hebben in hoe vaak overgewicht voorkomt. Het percentage volwassenen met obesitas ligt bij lager opgeleiden bijna twee keer zo hoog dan bij hoger opgeleiden (18% versus 10%).

Dit onderzoek suggereert dat de aanpak van het Preventieakkoord om het percentage mensen met overgewicht naar beneden te brengen, nog geen vruchten afwerpt.

Gluren bij de burens – communicatiestrategieën over gezonde voeding

Gezondheid is een containerbegrip en ook het aanpakken van overgewicht is een complex probleem. Waarom de huidige aanpak van het Preventieakkoord nog niet goed werkt, kent waarschijnlijk meerdere oorzaken en kan een onderzoek op zich vormen. Mogelijk ligt een oorzaak, maar ook (deel van) een oplossing in de communicatie en wijze van advisering over gezonde voeding.

Het Voedingscentrum in Nederland dient ons van adviezen over gezonde voeding. De Schijf van Vijf is al sinds de jaren vijftig het communicatiemiddel van de Nederlandse overheid. Ondanks meerdere herzieningen sinds 2016 kunnen veel Nederlanders zich maar moeilijk herkennen in de adviezen. Zo gaat de Schijf van Vijf uit van vijf productgroepen waar je dagelijks uit moet eten om gezond te blijven. Volg je die regels dan ben je volgens het Voedingscentrum 'goed bezig'. Hoewel de grondgedachte goedbedoeld is, kenmerkt deze aanpak zich ook sterk door een wijzende vinger. Daarnaast draait het volgens Channy Barzely, diëtiste en onderzoeker, vooral om goede voorlichting en educatie en niet zozeer op het benadrukken wat je allemaal beter niet kunt eten (verbieden van bepaalde producten). Het 'gluren' naar communicatiestrategieën die andere landen hanteren levert waardevolle lessen en inspiratie op. Leggen we de adviezen van Channy Barzely tegenover bijvoorbeeld de voedingsrichtlijnen van Brazilië, dan merken we op dat daar niets verboden of opgedragen wordt, maar uit wordt gegaan van de eigen verantwoordelijkheid. De Braziliaanse overheid benadrukt in haar voedingsrichtlijnen dat de grootste gezondheidswinst te behalen valt door (samen) te koken en verse, natuurlijke voeding in allerlei variaties te nuttigen. Vijf van de tien voedingsrichtlijnen dragen niet op 'wat je moet eten', maar vertellen ons meer over 'waar, hoe en met wie je zou kunnen eten'. Uit onderzoek blijkt dat door samen te koken en samen te eten, men niet alleen gezonder eet, maar ook meer geniet, hetgeen onze gezondheid ook ten goede komt (Larson et al.,

2007)(Larson et al., 2013). Het bereiden van een maaltijd kost tijd, maar het is tijd die we kunnen delen met anderen. Het vergt dus een andere mindset. Extra aantrekkelijk aan deze richtlijnen is de grote aandacht voor inclusiviteit, daar deze gebaseerd zijn op voedsel dat Brazilianen van alle sociale klassen elke dag eten. Op die manier wordt rekening gehouden met de sociale, culturele, economische en ecologische implicaties van voedselkeuzes.

Hoewel sociale en culturele aspecten niet in de Richtlijnen Schijf van Vijf (2020) opgenomen zijn, benadrukt het voedingscentrum wel het belang van deze aspecten in het voedingspatroon. In de praktijk blijkt dat ook deze aspecten vooral informierend worden overgedragen en vanuit de invalshoek wat goed en fout is. Dit onderzoek neemt de lessen van Brazilië mee en gaat daarom puur uit van het sociale aspect van voeding: het samen zijn, samen koken en eten, en het genot van goede maaltijden.

Verbanning van het begrip gezondheid (in ieder geval voor even)

Naast de wijzende vinger en het informatieve karakter huist er ook een probleem in de benadering van het begrip gezondheid. Waar 'de mens' gezondheid als een breed begrip benadert, is de benadering van beleidmakers en onderzoekers smaller en vooral biomedisch georiënteerd (negatief effect op lichaamsfuncties). Hier ontstaat een probleem, omdat de medische benadering de term gezondheid beladen maakt. Word je aangesproken op je gezondheid dan zal er vast iets aan je mankeren. Zeker bij doelgroepen die geconfronteerd worden met kwalitatief lagere gezondheidsstandaarden (volgens de norm) kampen met de idee dat 'gezondheid' niet voor hen is weggelegd. Het krijgt een dure, welvarende connotatie.

Dalila Sayd, Social Designer van Het Eetschap laat daarom in haar projecten zien dat in het werken met kansarme doelgroepen de benadering vanuit 'identiteit en (eet)culturen' veel effectiever werkt. Zij merkt op: terminologie als 'gezondheid & duurzaamheid' is ambtenarentaal en komt niet binnen bij de doelgroep. Praat met hen over eten en culturen. Binnen voedseleducatie gaat het nooit over 'cultuur & identiteit'. Richt je daarom op school op een combinatie van elementen uit 'Jong Leren Eten' en 'Smaaklessen' (samengesteld door de overheid) in combinatie met de eigen ervaring van de kok en expertise van de doelgroep in kwestie (multiculturaliteit). Dit draagt ook bij aan gezondheid en bovendien genereert het een inclusievere aanpak.

Verleiding 2: Personalisering van het bord

"Nothing about us, without us".

Pim Assendelft, Hoogleraar Preventie in de Zorg, Radboud UMC schetst in 'Meet up – De Toekomst van Voeding & Gezondheid' de grote verschillen in levensverwachting en levensjaren bij hoog- en laagopgeleide mensen. De grootste uitdaging gaat uit naar het toepassen van preventieve zorg bij de meer kwetsbare doelgroep. Immers, door hun lage(re) sociaaleconomische status hebben zij vaak minder makkelijk toegang tot de juiste zorg gezien lage(re) gezondheidsvaardigheden en mogelijke taalachterstand.

Binnen die preventieve aanpak moeten we anders naar de persoon gaan kijken. Niet de aandoening, maar de behoefte en het potentieel van de mens staan centraal (*positieve gezondheid*). Wat zijn de mogelijkheden? Wat begrijpt diegene, kan diegene en motiveert diegene? Belangrijk is om de gebruiker vanaf de start bij de oplossing te betrekken (Design Thinking methode). Op die manier voldoet het ontwerp aan het niveau en de wensen van de gebruiker. Denk daarbij aan taal-, denkniveau en vaardigheden, financiële ruimte, plaatsbepaling en beschikbare tijd.

Dr. Peter Klosse gezondheidswetenschapper en smaakprofessor beaamt dit standpunt vanuit de culinaire hoek. Want, zo stelt hij: wil je eetgedrag aanpakken en veranderen, dan moet je in de eerste plaats geïnteresseerd zijn in de mens. Niet zeggen wat goed voor diegene is, maar deze zelf met ideeën laten komen. Gedragsverandering is niet top down, maar bottom-up proeven. Het eigenaarschap van wat op tafel moet komen, moet dus in handen van de eindgebruiker liggen: de personalisering van je eigen bord.

De kracht van het zelfprioriteringseffect

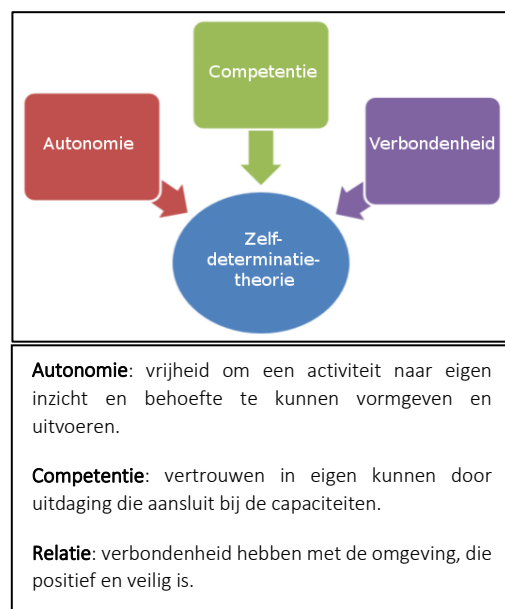
De keuzevrijheid die Klosse schetst, noemt psycholoog Charles Spence een *belevingsontwerp*. In zijn boek *Gastrofysica* legt hij ons uit waarom mensen anders reageren op producten die naar henzelf verwijzen. Gastrofysica onderzoekt namelijk de factoren die de multizintuiglijke ervaring bij eten en drinken beïnvloeden.

Zo hebben Psychologen uit Oxford ontdekt dat objecten een bijzondere waarde kunnen krijgen als ze op onszelf betrokken worden. Heb je bijvoorbeeld een lievelingsbord, dan kan het 'zelfprioriteringseffect' helpen verklaren waarom eten uit dat bord altijd lekkerder is. Je kunt het beschouwen als een soort sensatieoverdracht. Het houdt in dat onze warme gevoelens over dat object, ons vertrouwde bordje, worden overgedragen op onze waarneming van de inhoud. Er is waarschijnlijk een verband met het *endowment effect*, een favoriete term van gedragseconomen voor het verschijnsel dat we extra waarde toekennen aan objecten omdat het onze eigendom is of een unieke betekenis voor ons heeft. Hetzelfde geldt dus evenzeer voor een lievelingsingrediënt of -product waar een herinnering achter schuilgaat. Wanneer we de gebruiker vanuit een belevingsontwerp vragen om zulke ingrediënten aan te dragen om mee te koken, kan deze maaltijd vanwege het zelfprioriteringseffect als lekker(der) worden ervaren. De gebruiker heeft immers vanuit autonomie de maaltijd zelf mogen samenstellen en waarde kunnen toevoegen aan datgene wat later genuttigd zal worden.

Een ander fenomeen waar Spence ons in meeneemt is de kracht van het 'zelf maken'. Hij noemt dit het 'Ikea effect'. Wanneer je zelf iets in elkaar zet, neemt ook daar de waarde van toe.

Motivatie: de bron van gedragsverandering

Hierboven werd het belang van keuzevrijheid en zelf maken (*zelfprioriteringseffect* & *ikea effect*, C. Spence) reeds benadrukt ten bate van de betrokkenheid en motivatie van de gebruiker. Motivatie maakt leren een stuk makkelijker en is tot op zekere hoogte een voorwaarde om te kunnen leren. Daarnaast ligt in motivatie de bron voor gedragsverandering. Aangezien dit onderzoek inzet op gedragsverandering speelt motivatie een sleutelrol. De zelfdeterminatie theorie (SDT) van Deci en Ryan (1985) leert ons dat er drie psychologische basisbehoeften aanwezig moeten zijn in een leersituatie willen we de motivatie verhogen of vasthouden, namelijk: autonomie, competentie en relatie. Als deze behoeftes worden bevredigd, zijn we gelukkig, gemotiveerd en productief. Daarnaast, wanneer ons gevoel wordt aangesproken, zal de leerervaring ons ook langer bijblijven, wat makkelijker mogelijk maakt dat het geleerde beklijft.



Verleiding 3: Spel als motor van het leren

Mensbeelden: onderscheid tussen rol en het zelf-zijn

De rollen die we gedurende ons hele leven aannemen (kind, ouder, partner, collega, etc.), zijn niet hetzelfde als 'jezelf zijn'. We kunnen slechts identiteit ontleen aan deze rollen en daar geluk uit putten. Het is daarom belangrijk om het onderscheid te zien tussen de rol en het zelf-zijn in die rol. Sportfilosoof Jan Tamboer maakt hier in zijn proefschrift *Mensbeelden achter bewegingsbeelden* een heel duidelijk onderscheid in middels twee typen mensbeelden, namelijk: het substantiële en het relationele mensbeeld.

Het substantiële mensbeeld gaat uit van een anatomische atlas. Dat betekent: de mens is een lichaam, begrensd vanuit de substantie die we zien. Dit mensbeeld maakt wie en wat we zijn normatief (dik, dun, man, vrouw, etc.) en daarmee overzichtelijk. Evenwel maakt het ons mensbeeld dualistisch; geest en lichaam zijn van elkaar gescheiden. Dit beeld van de mens is deels waar. Tegelijkertijd ontsnapt er iets wezenlijks aan wat ons mens tot 'mens' maakt. Dit noemt Tamboer het 'relationele'. Het gedachtegoed van Filosoof Martin Heidegger kun je rekenen tot dit relationele mensbeeld. Zijn filosofie van 'DaSein' (er-zijn) gaat ervan uit dat de mens altijd in-de-

wereld is en daar betekenis en samenhang aan ontleent. Vanuit verbondenheid ontwikkelt diegene zichzelf middels relaties, en die ontwikkeling gaat gepaard met een vorm van 'zijn'. Hoewel deze vorm van 'zijn' lastiger te vatten is dan de mens in zijn eerder omschreven 'rollen', komt het relationele mensbeeld dichterbij onze realiteit, omdat de mens zich in ontwikkeling en in beweging toont.

De huidige communicatiestrategieën benaderen de mens nog vooral vanuit het substantiële mensbeeld. Dit is toepasbaar voor massacommunicatie, maar benadert de mens ook als 'eenheidsworst'. Het risico ontstaat dat de communicatie de individuele mens niet bereikt. Door binnen een ontwerp de mens vanuit het relationele mensbeeld te benaderen, komen we dichterbij onszelf, dichterbij wie die ander is, dichterbij de werkelijkheid. Dit vergt echter wel meer maatwerk en is dus uitermate geschikt voor projecten op microniveau.

De Homo Ludens als mensbeeld

Het idee van de Homo Ludens (spelende mens) is een mensbeeld waarin de mens eerst en vooral een spelend wezen is. Zoals eerder gezegd is de realiteit ambigu en zijn we niet enkel substantiële wezens. We zijn relationele wezens die verbonden zijn met de wereld om ons heen. Door te spelen verbinden we ons met die wereld. We spelen om te 'zijn'. Huizinga (1938) omschrijft het belang van spel als noodzakelijke voorwaarde voor het voortbrengen van onze cultuur en samenleving. Hij ontwikkelde zo de visie dat de mens zich ontplooit in spel, als spel. Spel staat niet naast andere cultuurverschijnselen, maar gaat eraan vooraf. Kunst en cultuur dragen het spelkarakter en ontwikkelen zich in en als spel. Spel laat zich niet vergelijken met iets anders. Het is een eigen factor met specifieke kenmerken die Huizinga middels een analyse op een rij zet. Hij bespreekt onder meer:

- de vrijheid van het spel; het is vrij en niet opgelegd, als het moet is het geen spel meer.
- de begrenzing van het spel; er zijn spelregels en het speelt zich af in een bepaalde tijd en plaats.
- de herhaalbaarheid van het spel; je kunt het spel herhalen, maar het zal niet hetzelfde zijn.
- de tijdelijkheid van het spel; je bevindt je buiten het gewone leven.
- de inzet van het spel; "er moet iets lukken".
- de bedoeling van het spel; spel vindt zijn doel in zichzelf.

Aan de hand van deze kenmerken legt Huizinga spel uit als een magische cirkel waarbinnen we de werkelijkheid opnieuw kunnen uitvinden. Spel is vrij en onbevangen en creëert verwondering. Dankzij deze onbevangenheid komen we weer dichterbij onszelf en uiteindelijk tot de werkelijkheid. We ervaren wat echt belangrijk en goed voor ons is. Door te spelen ontstaat daardoor ruimte om open te staan voor nieuwe ervaringen of om oude patronen te doorbreken, zoals eetpatronen waar dit onderzoek zich op richt.

Verleiding 4: Kunst ~~kan~~ zal de wereld redden

Invloed van kunst op de smaakbeleving

In zijn dissertatie beschrijft Dr. Peter Klosse de zes culinaire succesfactoren van een lekker gerecht. Deze zijn gebaseerd op wetenschappelijke theorieën waaronder meer uit de kunsten. Zo zet hij de gulden snede, kleurleer en compositieleer in als noodzakelijke elementen om een gerecht succesvol te maken. Hierin wordt de versterkende invloed van kunst op smaakbeleving al zichtbaar en dus een interessant gegeven voor dit onderzoek. Dr. Peter Klosse schrijft:

"Er bestaat een interessante analogie tussen smaak en architectuur, kunst, muziek en biologie. In alle van deze gebieden is de wiskundige regel van de gulden snede bewezen toepasbaar. Het is de natuurlijke orde met zijn harmonieuze proporties. Kunstenaars die de gulden snede actief gebruikten in hun composities waren Le Corbusier (architectuur), Leonardo da Vinci (schilderkunst), Michelangelo (beeldhouwkunst) en Bach en Mozart (muziek) (Lipovetsky, Lootsma, 2000). 'Smaak' is in smaak wat 'schoonheid' is in kunst. Als de gulden snede een objectieve ruggengraat biedt in de kunsten, waarom zou deze dan ook niet kunnen fungeren als smaakbepaler voor de smakelijkheid van ons eten?"

De rol van kunst en (beeld)taal in het stimuleren van gezonde voeding

Verder benadrukt Klosse de noodzaak van een nieuwe taal voor gezonde voeding. Nieuwe concepten en rituelen kunnen vastgeroeste denkpatronen over wat wel en niet lekker is doorbreken en daarbij gezonde voeding weer aantrekkelijk maken.

De standpunten van taalwetenschapper Ferdinand de Saussure (1916) sluiten hierbij aan. Taal is, volgens Saussure, in staat om een realiteit te creëren in plaats van slechts één enkele realiteit te 'benoemen'. Taal is volgens hem ambigu door de willekeur van de taalkundige tekens. Hij maakt zo onderscheid tussen *langue*, afgesproken taal in het systeem en *parole*, artistieke vrijheid die je neemt binnen het systeem. *Parole* biedt de ruimte om nieuwe woorden en beelden te maken, die eveneens een eigen betekenis kunnen krijgen. Dat wetende bieden de kunsten een rijkdom en vrijheid aan mogelijkheden om die nieuwe (beeld)taal te scheppen, ten bate van de optimalisatie van onze beleving en relatie met voeding.

In de laatste halve eeuw zijn er zo kunstenaars en designers geweest die voedsel, de bereiding van gerechten en/of consumptie daarvan hebben opgenomen in een kunstwerk of eetbeleving. Op deze manier waren zij de eerste pioniers die met kunst een beeldtaal voor voeding wilden creëren.

De kracht van kunst en design in de praktijk

Een aantal voorbeelden in 'food- en gastronomieland', die de kracht van kunst en design reeds hebben bewezen ten bate van een nieuwe beleving met (gezond) eten, worden hieronder geschetst.

Marije Vogelzang, food designer van het eerste uur, ontwierp reeds in de beginjaren van haar carrière een succesvol concept voor kinderen met obesitas, nl. *Colour food* (2002), een gezonde snackhoek in een kinderziekenhuis in New York, USA. Fruit in kleuren van de regenboog kregen allemaal een persoonlijke kwaliteit die een ander gesprek met de kinderen tot stand bracht wanneer ze het fruit aten. Ze benaderde de gebruikelijke dichotomie tussen gezond en ongezond op een zodanige manier dat ze de negatieve associatie bij fruit wegnam. Ook food designer Katja Gruijters deed een uitgebreid onderzoek naar de relatie tussen design en obesitas, samen met haar studenten van ArtEZ product design en met feedback van Kees de Graaf, professor in sensorische wetenschap en eetgedrag van de Wageningen Universiteit en Research Center en Ed van Hinte, docent en ontwerpcriticus. Diverse uitkomsten met een effectieve uitwerking situeerden zich op het snijvlak van design, technologie, sensoriek en performing arts. Kanttekening is, dat vele van deze interventies vanuit een autonome insteek werden ontworpen; voor de gebruiker, maar niet met de gebruiker.

In *Chef's Table*, een Amerikaanse documentaireserie, worden 's werelds meest geprezen en succesvolle internationale chef-koks gevolgd. Grant Achatz (Alinea, 3***) en Dominique Crenn (Atelier Crenn, 3***) zijn voorbeelden die het modernisme aan tafel brengen en daarmee een herinnering scheppen voor hun gasten. Door hun multisensorische benadering van eten worden hart, lichaam en hoofd tegelijkertijd geactiveerd. De bezoeker wordt geraakt en aan het denken gezet. Jeong Kwan, een boeddhistische non uit Zuid-Korea, benadert het koken zelf als een spirituele oefening. De rituelen die ze voor zichzelf ontwikkelt, trekt ze door naar haar eters zodat deze vanuit diepe concentratie met eten in contact kunnen komen.

Charles Spence vult nog aan: wat de wereldtop in culiland écht zou moeten doen, is zich richten op de creatie van de sterkst mogelijke herinnering, meer nog dan puur de beste smaaksensaties. Hij onderstreept daarmee de rol die kunst kan innemen om dat te bewerkstelligen. Hij gelooft dat de gastrofysica de mogelijkheden biedt om tot echte verandering te komen van hoe we omgaan met ons voedsel. Hij spreekt daarbij de hoop uit dat ontwikkelingen die nu nog veelal in restaurants plaatsvinden het grote publiek zullen bereiken.

"De kans is veel groter dat we onze gezondheidsdoelen bereiken door een onderzoek op het snijvlak tussen modernistische, culinaire kunstzinnigheid en de nieuwste ontwikkelingen op het gebied van design en technologie. Uiteindelijk moeten we gaan beseffen dat gedragsverandering niet simpel een kwestie is van informatie aan het publiek over wat goed is voor henzelf. Andere strategieën zijn nodig om mensen over te halen tot gezonder en duurzamer eetgedrag. En daarbij moeten we begrijpen dat de perceptie van voedsel vooral in het brein plaatsvindt, en niet in de mond." – Charles Spence (*Gastrofysica*, 2017).

Zo iemand die het grote publiek reeds opzoekt is de Nederlandse chef-kok Pierre Wind. Als geestesvader van de Smaaklessen is hij in Nederland maar een van de weinigen die voedseleducatie naar de basisscholen brengt én daarbij de koppeling weet te maken met kunst en spel. Hij combineert de ambacht en het creatief vermogen van de kinderen om zelf tot nieuwe, artistieke concepten te komen en zo spelenderwijs en ervaringsgericht te kunnen leren. Andere diensten waaronder meer Kokkerelli – De Kids University for Cooking, Keukenkanjers, Smaakcentrum, Kookkeet en Kinderresto Van Harte laten eveneens hun succes zien door het aanbieden van educatieve kookprogramma's voor kinderen. Opvallend bij deze initiatieven is dat het kunstzinnige, scheppende, expressieve besloten ligt in de ambachtelijkheid van het koken, maar dat andere creatieve aspecten waaronder verbeeldingskracht en creatief denken minder aan de orde worden gesteld in het leerproces (analyse volgens De Diamant – Creatief Vermogen Utrecht). Echter, het kan een meerwaarde zijn om deze aspecten juist wel te betrekken. Kunst kan de verbeeldingskracht en daarmee de beleving van voeding aanraken, wat koken alleen niet aanraakt.

Vertaling naar het ontwerp van dit onderzoek

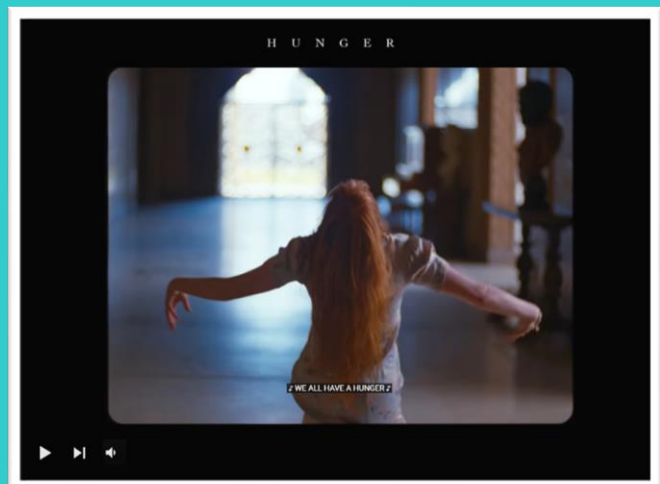
De wetenschappelijke literatuur zoals beschreven in dit hoofdstuk levert belangrijke bouwstenen voor het onderzoek om gezonder eetgedrag bij kinderen te stimuleren. Hierin valt veel te behalen in de communicatiestrategie. Dit onderzoek zal de huidige benadering van 'wijzende vinger' en gezondheid ombuigen richting een positieve benadering waarin sociale en culturele aspecten meer centraal staan. In het algemeen geldt dat niet het probleem het middelpunt vormt, maar de persoon. Door de doelgroep, in dit geval kinderen, vanaf het begin af aan in het ontwerp te betrekken, ontstaat eigenaarschap over wat er op tafel komt en zal de motivatie om ongezonde eetgewoontes te doorbreken toenemen. Gedragsverandering realiseer je niet alleen via informatievoorziening. Door spel, kunst en design te verwerken in het ontwerp ontstaat niet alleen ruimte voor de doelgroep om zich open te stellen voor verandering, maar kan een multizintuiglijke ervaring worden gecreëerd die kinderen ook daadwerkelijk in beweging kan brengen.

Hoofdstuk III.

Formule N

Het geheime recept

*We all have a hunger
We all have a hunger
We all have a hunger
We all have a hunger*



Florence + The Machine – Hunger

DENKMODEL – UITDAGING

In het vorige hoofdstuk kwam naar voren dat gezonder eetgedrag gestimuleerd kan worden wanneer aandacht wordt besteed aan autonomie, het sociale aspect en het belang van kunst en design om kinderen in beweging te brengen. Dit hoofdstuk zet deze ideeën om in een praktische benadering in de vorm van een denkmodel met daarin hoofdrollen voor kind, kok en kunstenaar.

Vraagstuk

In dit onderzoek wordt een mogelijke oplossing ontworpen voor het sociaal-maatschappelijke vraagstuk rondom gezond eetgedrag bij kinderen tussen 9 en 13 jaar oud.

Macroniveau

Benaderen we deze uitdaging vanuit een mondiaal perspectief (macro) dan kunnen we stellen dat het hoofddoel van dit onderzoek zich richt op alle kinderen in Nederland tussen 9 en 13 jaar oud.

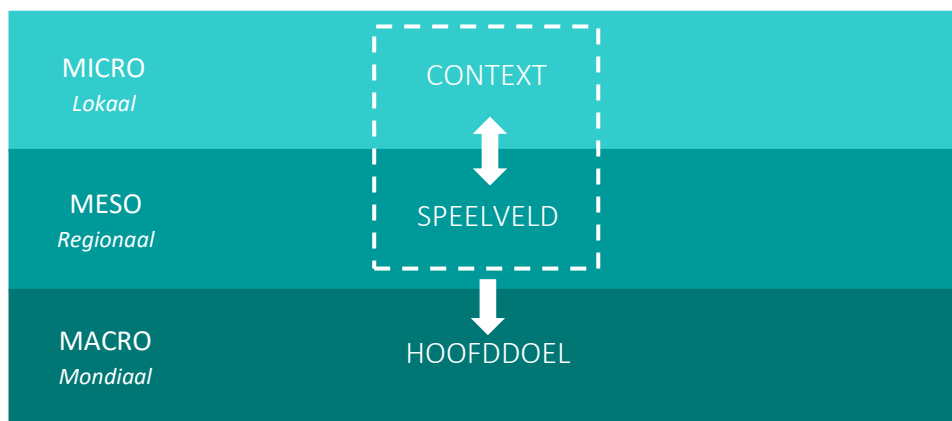
Mesoniveau

Om te onderzoeken welke maatschappelijke veranderingen allemaal nodig zijn om het ongezonde eetgedrag van deze kinderen te veranderen, zijn tal van mogelijke interventies te ontwerpen op micro- en mesoniveau. Op mesoniveau kunnen we ons daarbij de vragen stellen: *“Wat moet er regionaal gebeuren; in de wijk, in het onderwijs, op beleidsniveau binnen de politiek en gezondheidsinstanties?, Welke rol vervult cultuur in dit vraagstuk?”*. Belanghebbenden uit verschillende domeinen, betrokken bij dit onderzoek, zijn in het denkmodel terug te vinden in het speelveld.



Microniveau

De scope van dit onderzoek richt zich op wijkniveau (micro). De gekozen context zijn kinderen van 9 t/m 13 jaar, wonend in de wijk Fatima in Tilburg, schoolgaand op basisschool Koningshaven. Binnen deze context stelt de regisserend ontwerper zichzelf de vraag: *“Wat kan ik doen om kinderen meer open te laten staan voor gezonde voeding?”*. Om hier antwoord op te vinden, gaat deze in co-creatie met een kok, een kunstenaar en de kinderen het onderzoek aan. Uitkomsten uit deze samenwerking worden uitgewisseld met het speelveld. Deze cross-sectorale verbindingen tussen micro- en mesoniveau kunnen leiden tot nieuwe kennis en daardoor impactvolle innovaties op systemisch niveau, welke op hun beurt weer bijdragen aan het grotere hoofddoel op macroniveau.

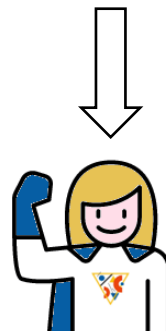


Figuur: vraagstuk benaderd vanuit de verschillende systeemniveaus

DENKMODEL – PROBLEEM & OPLOSSING

Meerdere bronnen, cijfers en ervaringsverhalen zoals beschreven in hoofdstuk 2, laten ons zien dat de huidige aanpak en campagnes rondom gezond eetgedrag onvoldoende effectief blijken te zijn. Er is dus een andere benadering nodig. In onderstaande model wordt de huidige aanpak en communicatiestrategie rondom het thema gezonde voeding geplaatst tegenover de gewenste benadering, welke de regisserend ontwerper kan bieden.

PROBLEEM	OPLOSSING
BENADERING DOELGROEP	
Doelgroep = probleemeigenaar	Doelgroep = artiest en medeontwerper
Vooroordeel	Onbeschreven blad – “Tabula Rasa”
Apathisch	Empathisch
N = 1 – complex	N = 1 (= IK)
Substantieel mensbeeld	Relationeel mensbeeld
BEELDVORMING	
 Belerend	 Stimulerend
Eten als noodzaak of ‘gevaar’	Eten als waardevol, leuk
Focus op ‘gezondheid’	Focus op ‘inclusiviteit en diversiteit’ <i>smaak – identiteit – eetculturen – sociale aspect</i>
AANPAK	
 Top down	 Bottom-up
Focus op probleem	Focus op oplossing
Kennisoverdracht: luisteren & lezen	Kennisoverdracht: zelf maken en spelen
Metten = weten	Doorvoelen en beleven = weten
GEVOEL	
	
Zelfbeeld: zelfafwijzend en onzeker	Zelfbeeld: zelfzeker(der) en trots
Moeten	Willen/mogen



Strategie van de regisserend ontwerper:
verleiding door inzet van andere taal (kunst en design) en positieve benadering (= psychologische omkering).

DENKMODEL – PROCES VAN CO-CREATIE

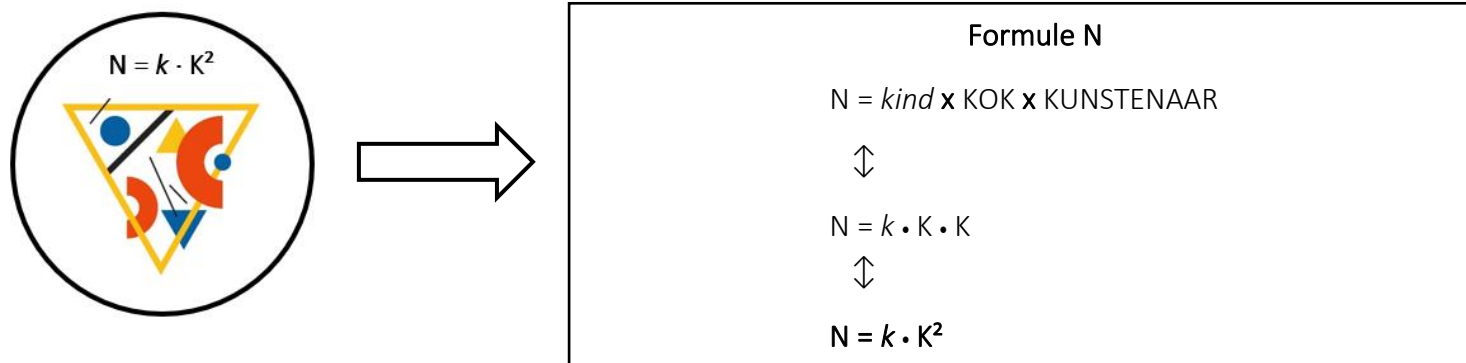
Co-creatie

Om een antwoord te formuleren op de ontwerp vraag werkt de ontwerper vanuit co-creatie samen met een kok en een kunstenaar. Samen met de kinderen vormen zij het design team. Dit betekent dat alle deelnemers invloed hebben op het proces en het resultaat van dit proces. Ook ontstaat er middels deze uitwisseling nieuwe kennis gezien alle partijen openstaan voor de input van de ander en op basis daarvan voortbouwen. De regisseur draagt artistieke eindverantwoordelijkheid over het prototype en is daardoor voor een klein onderdeel betrokken bij het maakproces zelf. Daarnaast stuurt zij voornamelijk het proces van co-creatie aan om kind, kok en kunstenaar gezamenlijk in beweging te krijgen, met het doel van het ontwerp in haar achterhoofd. Zij zet daarvoor eveneens haar strategie in om dit te bewerkstelligen (zie vorige pagina) en neemt de kok en de kunstenaar mee in deze benadering richting de kinderen.

Formule N

Vanuit de stelling: “delen = vermenigvuldigen” werd nagedacht over datgene wat kind, kok en kunstenaar met elkaar delen en zodus vermenigvuldigen in het maakproces. Benaderd vanuit de expertise en scholing van de kok is duidelijk zichtbaar dat met name ambacht, techniek en productkennis aan de basis liggen. Voor de kunstenaar is dat eerder spel, creativiteit en het kunstenaarschap zelf. Deze twee invalshoeken wisselen uit met elkaar en inspireren elkaar en het kind. Op zijn beurt wordt bottom-up ontworpen vanuit de behoefte van het kind. Deze behoefte inspireert kok en kunstenaar om mee aan de slag te gaan en het kind nieuwe kaders aan te reiken waarbij die kan werken binnen het eigen vermogen (competentie). Door het kind de vrijheid te geven om binnen die kaders een activiteit zelfstandig uit te voeren (autonomie), en in verbinding met anderen (relatie), neemt de intrinsieke motivatie toe (Self Determination Theory, Deci & Ryan). Dit onderzoek wordt benaderd vanuit de formule $N = k \cdot K^2$. De kleine k staat voor ‘kind’ en de hoofdletter K voor ‘kok’ en ‘kunstenaar’. Deze formule is ontstaan vanuit mijn eigen liefde voor koken en kunst, in combinatie met het spelende kind dat in mij schuilt. De formule is inzetbaar op iedere doelgroep waar met voeding en kunst wordt gewerkt. Het spelende kind schuilt immers in ons allen.

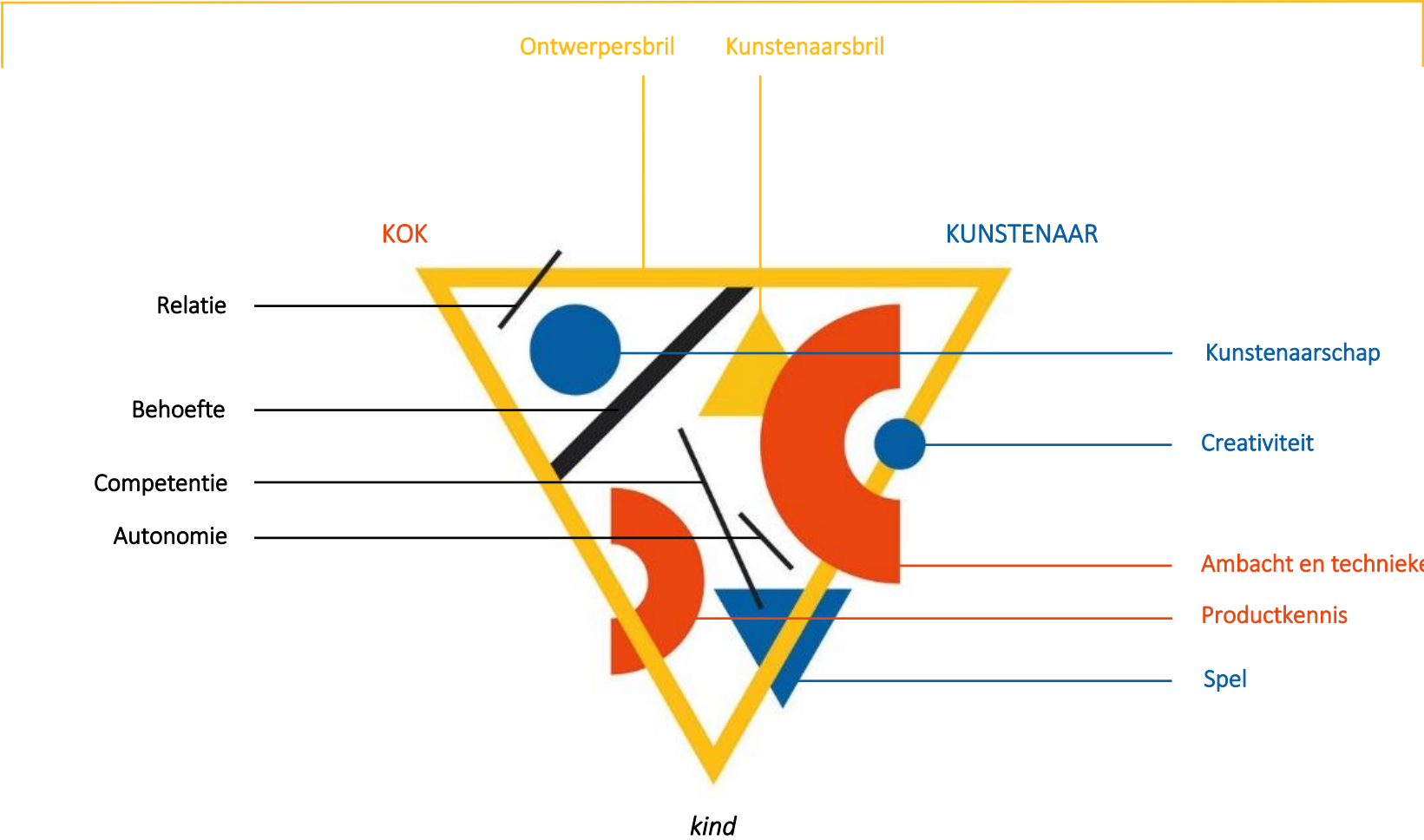
Op de volgende pagina wordt sterker ingezoomd om deze formule N. Daarin is per kleur de inbreng van eenieder zichtbaar; **rood** voor de **KOK**, **blauw** voor de **KUNSTENAAR**, **zwart** voor het **kind**, **geel** voor de **REGISSEREND ONTWERPER**. De witte ruimte binnen de driehoek symboliseert het maatschappelijk probleem waaraan wordt gewerkt. De dynamiek binnen het co-creatie proces is zichtbaar aanwezig, eveneens het durven én mogen kleuren buiten de lijntjes.

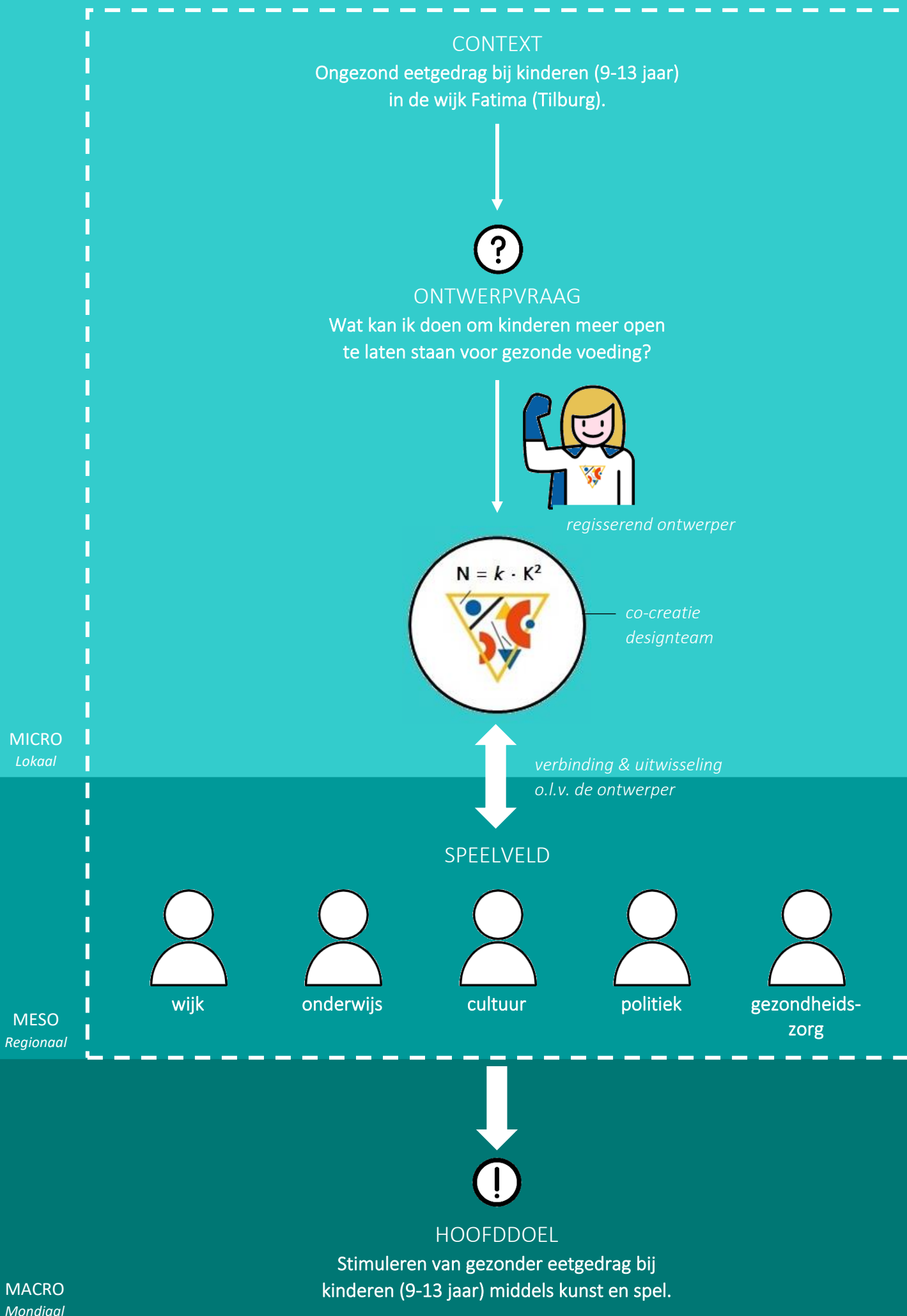


$$N = k \cdot K^2$$



REGISSEREND ONTWERPER





Hoofdstuk IV.

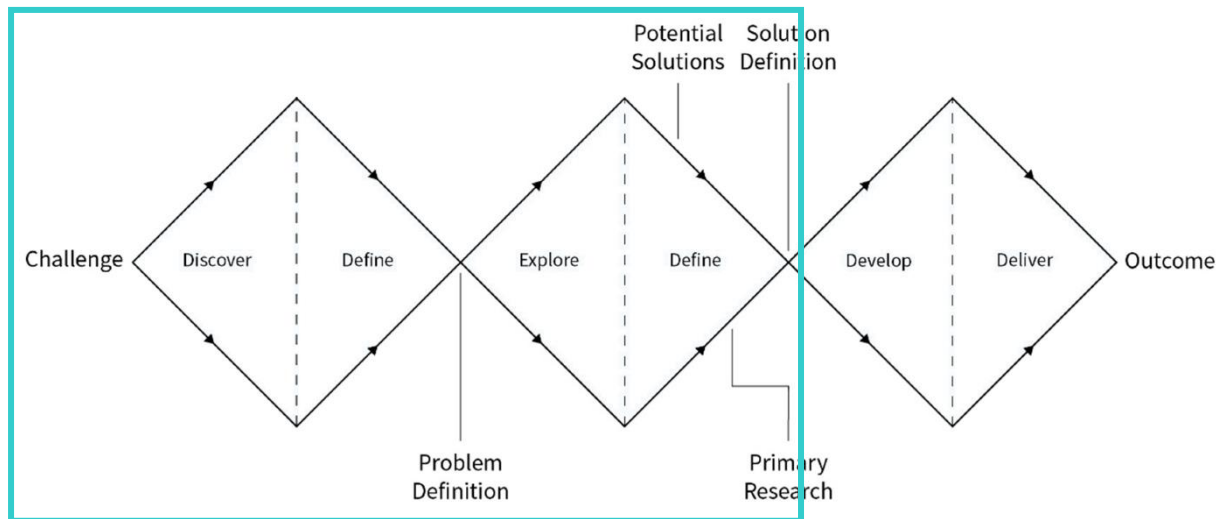
Vlaamse Klassiekers

Elke mens heeft een relatie tot voedsel. Die is deels positief, deels negatief, maar uiteindelijk draait alles om emotie en gevoel, en precies met kunst kunnen we die aanraken.

Charles Spence

Het procesverloop van dit onderzoek is gebaseerd op het Double Diamond Model vanuit de Design Thinking methode. Dit model geeft de ideale workflow weer van strategie tot executie. Het opsplitsen van de oorspronkelijke eerste diamant in twee diamanten maakte het model echter beter toepasbaar voor dit onderzoek, zoals geïllustreerd in onderstaande figuur. Dit brengt het model daarmee op een totaal van drie diamanten, de Triple Diamond. De eerste twee diamanten illustreren de eerste twee fasen van het procesverloop, namelijk het ontdekken en definiëren van het probleem en onderzoeken en definiëren van de oplossing.

Dit hoofdstuk beschrijft de proceservaringen en inzichten die opgehaald zijn tijdens het doorlopen van deze eerste twee diamanten. De uitkomst van de derde diamant staat in de vorm van aanbevelingen beschreven in hoofdstuk 7. Alle data die gegenereerd is middels praktijkonderzoek is uitsluitend kwalitatief van aard.



Figuur: de drievoudige diamantvariant van het Double Diamond Model (Triple Diamond)

Diamant 1 – Dataverzameling en verwerking in het vooronderzoek

Naast literatuuronderzoek is ook kwalitatief praktijkonderzoek verricht. Hieronder volgt een beschrijving van de werkwijze.

Kennismaking van de doelgroep

Om de uitdaging die er ligt in de wijk Fatima in Tilburg zo goed mogelijk te kunnen definiëren, werd via etnografisch onderzoek kennis gemaakt met de doelgroep. Dat werd gedaan door drie weken lang aan te sluiten bij naschoolse activiteiten van R-Newt Kids Jongerenwerk. Belangrijk te benoemen is dat de auteur geen enkel oordeel velt over de opgedane observaties. Deze zijn zuiver objectief. Onderstaand volgt een korte omschrijving van de toegepaste interventies:

1. *Fly on the wall*: Tijdens een speelnamiddag buiten observeerde ik als fly on the wall een groep kinderen uit de wijk Fatima, afkomstig van basisschool Koningshaven. Een begeleider van R-Newt Kids was hierbij aanwezig. De eerste objectieve data die ik uit deze observatie haalde, was onder andere een grote verscheidenheid aan leeftijden (5 t/m 13 jaar) en culturele achtergronden in de groep.
2. *Participerend observeren*: Tijdens een volgende bijeenkomst nam ik zelf deel aan een kookactiviteit onder leiding van de jongerenwerker. De meeste kinderen die naar de naschoolse activiteiten komen, hebben een instabiele thuissituatie en missen daardoor soms enige structuur en aandacht. Mijn opgedane observaties vulde ik aan met informatie van stakeholders (jongerenwerker, wijkregisseur, basisschoolleerkracht).
3. *Smaakspel*: Dit spel fungeerde als nulmeting om de productkennis van kinderen te testen. Ik testte dit spel op ca. 12 kinderen tussen 9 en 13 jaar. Doel van het spel was om voedingsmiddelen in categorieën in te delen. Samengevat was het resultaat dat de kinderen erg geïnteresseerd zijn in koken, maar dat hun productkennis soms erg beperkt is. Ook is er grotere interesse in het leren bereiden van zoetigheid dan in het bereiden van volwaardige maaltijden.

4. Generatieve sessie: Tijdens mijn laatste bezoek organiseerde de jongerenwerker en ik een 'pepernootbakwedstrijd' voor de kinderen. Kinderen mochten hun creativiteit los laten gaan op het deeg en nieuwe vormen bedenken. Ook een gezonde pepernoot variant werd gebakken, die na enige aarzeling door alle kinderen wel werd geproefd.

Interviews en expertsessies

In het vooronderzoek werden interviews gehouden met betrokken stakeholders en experts. De voornaamste inzichten uit deze gesprekken werden eerder beschreven in hoofdstuk 2 en zijn later toegepast in het ontwerpproces. In bijlage 1 en 2 (pagina 48, 49) is een volledig overzicht terug te vinden van alle betrokken partijen die elk op hun eigen manier hebben bijgedragen aan de ontwikkeling van nieuwe kennis voor dit onderzoek. Ook experts die later in het onderzoeksproces zijn benaderd (diamant 2 + 3) zijn reeds opgenomen in dit overzicht.

Diamant 2 – Werkwijze voor het vaststellen van het prototype en de ontwerpfase

Conclusie van het vooronderzoek is dat kinderen open staan voor (gezonde) voeding en dat een vervolg ook nodig is, zo bleek uit de beperkte kennis die de kinderen over voeding hebben. Het benaderen van een school voor de vervolgstap is een logische keuze vanwege het bestaande netwerk. De uitdaging was vervolgens hoe de samenwerking tussen school, kok en kunstenaar vormgegeven kon worden. Het binnenschoolse netwerk is vervolgens ingezet, samen met jongerenwerk, om tot een naschools traject te komen. Deze paragraaf beschrijft de werkwijze en het co-creatieproces. In de exploratiefase wordt gebruik gemaakt van een positieve aanpak waarin gezonde voeding wordt benaderd vanuit cultuur, identiteit en persoonlijke smaak. Hierin is gebruik gemaakt van de bevindingen uit hoofdstuk 2 en 3.

Exploratie

Gedurende acht weken lang is praktijkonderzoek uitgevoerd in de wijk Fatima ten bate van het ontwerpen van een eerste prototype. Hiervoor werden een stagiaire kok (3^e jaar MBO Zelfstandig werkend kok) en stagiaire kunstenaar (4e jaar HBO Danseducatie) ingezet als designers. In co-creatie met kinderen hebben zij de module 'smaakdagen' ontwikkeld, met als uitkomst een culinaire kunstbeleving voor ouders en werkveldpartners. Hieronder volgt een beschrijving van het procesverloop.

1. Week 1 – Kok en Kunstenaar in de Klas

Op basisschool Koningshaven werden drie wervingsworkshops verzorgd aan leerlingen van de bovenbouw (9-13 jaar). In deze workshops stond het thema 'smaak' centraal. *Wat is jouw smaak? Wat vind je lekker? Hoe verschilt jouw smaakvoorkeur met die van een ander?*

Aan de start van de workshop werden de kinderen geactiveerd door een korte dansinterventie, gevolgd door een nagesprek en associatieronde over voedsel in relatie tot zintuigen en beweging. Daaropvolgend werden hun zintuigen geprikkeld tijdens verschillende smaakproefjes. Aansluitend volgde een gesprek over de producten die de kinderen zelf hadden meegenomen. Centraal hierin stond het thema 'eetculturen en identiteit'. Met deze ingrediënten mochten de kinderen in groepjes zelf aan de slag. Zo bereidden ze 'de meest vernieuwende, kunstzinnige maaltijd van 2022'. Er was aandacht voor eigen invulling van presentatie (bordopmaak) en naamgeving. De workshop sloot af met een pitchronde van alle ontwikkelde maaltijden.





Van het verloop van deze workshops werd een *experience map* gemaakt. Deze diende als eerste input en inspiratie voor het ontwerpen van de smaakdagen tijdens het naschoolse traject. (bijlage 3, pagina 50)

Na afloop van deze workshops kregen kinderen een flyer mee naar huis en konden ze zich aanmelden voor een naschools traject van vijf smaakweken, samen met de kok en de kunstenaar. (bijlage 4, pagina 51) Met 19 aanmeldingen op één dag tijd (en in principe een max. aantal van 15 deelnemers) was de groep volzet en werden de inschrijvingen gesloten.

2. Week 2 t/m 6 – Smaakdagen

Gedurende vijf weken namen 19 kinderen deel aan de smaakdagen, verzorgd door een kok en een kunstenaar. Hoofddoel van dit traject was om de kinderen op een speelse, kunstzinnige manier in aanraking te brengen met gezonde voeding. Centraal in deze smaakdagen stond het samen toewerken naar een culinaire kunstbeleving voor de ouders/verzorgers.

Iedere bijeenkomst nam drie uur in beslag. Vanwege de groepsgrootte en beschikbare ruimte werkten de kinderen in 2 subgroepen afwisselend met de kok en kunstenaar. In de keuken lag de focus op het bereiden van eten. In de zaal werden andere elementen, die bij een eetbeleving komen kijken, onderzocht. Tijdens een wekelijkse ‘check-in en check-out moment’ blikten de kok, kunstenaar en kinderen samen terug op de vorige bijeenkomst en werd de planning van de volgende smaakdag besproken.



Tijdens de laatste twee smaakdagen werkte iedereen samen in één ruimte. Het bereiden van eten en het kunstzinnig maakonderzoek kwamen hierdoor steeds meer samen. In bijlage 5 (pagina 52) staat schematisch weergegeven waar de kinderen wekelijks aan hebben gewerkt.

“Door deze smaakdagen wil ik nu bepaalde dingen eten die ik eerder niet wilde eten, en ik vind ze nog lekker ook!”

Lieke, deelnemer



3. Week 7 & 8 – Culinaire kunstbeleving

Al het geleerde en ontwikkelde tijdens de vijf smaakdagen kwam tot uiting in een culinaire kunstbeleving; een proefavond voor ouders/verzorgers en stakeholders. Doel van deze avond was de gasten verwonderen, hen de waarde van voeding laten inzien, laten beleven en hen nieuwe smaken laten proeven. De inzet van kunst en spel prikkelden de gasten op een multisensorische manier in een poging hen daardoor mentaal en fysiek in beweging te brengen. Het prototype werd tweemaal getest op een totale groepsgrootte van 50 personen.



“Het DIY hoofdgerecht ga ik voortaan ook thuis zo aanpakken. Veel leuker, minder gedoe en het stimuleert om toch alles uit te proberen, maar dan naar eigen voorkeur.”

Fanny, ouder

In bijlage 6 (pagina 53) is een schematische weergave terug te vinden van het prototype. Een kennismaking met de smaakmakers zelf is te vinden in bijlage 7 (pagina 54). Een impressie van de culinaire kunstbeleving is ook op film vastgelegd: <https://youtu.be/OGewlDkFQBM>

Iteratierondes in de ontwerpfase en testfase

Voorafgaand en na afloop van iedere ontmoeting met de kinderen werden voorbereidende en evaluerende ontwerp sessies gehouden met de kok en de kunstenaar. De opgedane inzichten en verzamelde data konden op die manier verwerkt worden in de daaropvolgende bijeenkomsten. Zo werden al itererend de module en het daartoe behorende prototype vormgegeven. In totaal vonden zes iteratierondes plaats ten bate van het co-creërende proces.

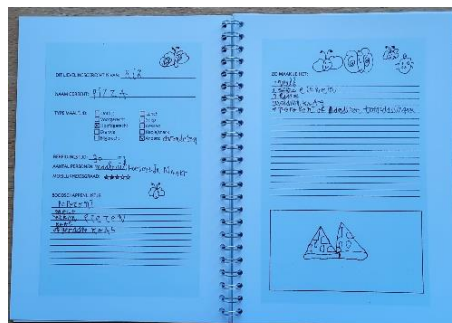
In bijlage 8 (pagina 55) is een schema toegevoegd welke de voornaamste observaties weergeven. Zichtbaar is het onderzoek naar optimalisatie van kruisbestuiving tussen kok en kunstenaar en de feedback die werd gegenereerd door interventies te testen met de kinderen.



Inzet van tools om tot het beoogde resultaat te komen

Voor zowel het vormgeven van het co-creatie proces alsmede het inhoudelijk ontwerpen van de module en het daaruit voortvloeiende prototype zijn verschillende ontwerp- en onderzoeksmethoden ingezet. Ik belicht hierbij de voornaamste werkvormen:

1. Generatieve technieken: Kunstzinnige interventies en kookopdrachten hebben een makend en presenterend karakter en hielpen om sterker tot de behoeften van de kinderen te komen.
2. Observatietool: Gezien de rol van mijn eigen (jeugd)ervaringen in dit onderzoek, heb ik via de ontwikkeling van waardenkaarten (N=1=IK) auto-etnografisch onderzoek verricht. Doel was om vanuit verschillende concepten op zoek te gaan naar karakteristieke gemeenschappelijkheid in manieren van denken en doen binnen mijn doelgroep. Op basis van observaties paste ik mijn ontwerp aan en nam de designers hierin mee. (bijlage 9, pagina 57)
3. Persona van de doelgroep: Op basis van participatieve observatie tijdens het ontwerpproces en inzet van de N=1-waardenkaarten, ontwikkelde ik een persona van de doelgroep om een zo nauwkeurig mogelijk beeld te krijgen van diens leefwereld en beweegredenen. (bijlage 10, pagina 58)
4. Gesprekstechniek: *Connecting conversations (Muzische werkvorm – Bart van Rosmalen)* is een verbindende gesprekstechniek die handvatten geeft voor het uitwisselen en bundelen van kennis en creativiteit. Deze techniek bracht de expertisegebieden van de kok en kunstenaar sterker tot elkaar om zo gezamenlijk meer diepgang te vinden in het co-creërend ontwerpproces. In bijlage 11 (pagina 59) is een weergave terug te vinden van deze uitwisseling. Een gereduceerde vorm van deze techniek werd ook ingezet bij de kinderen.
5. Reflectietool: Binnen dit onderzoek lag een belangrijke rol voor de kok en kunstenaar om het creatieve proces met de kinderen en elkaar te sturen en te begeleiden. Om de designers meer grip te geven op wat die doet, hoe die iets doet en wat het oplevert, werd de Theorie van de Diamant (*Diamantslijper – Creatief Vermogen Utrecht*) ingezet als reflectietool. In de reflectiemomenten werd zichtbaar waar diens focus ligt in de eigen beroepspraktijk en welke competenties daardoor al dan niet worden aangesproken en ontwikkeld bij de kinderen. In bijlage 12 (pagina 61) is een visualisatie toegevoegd van welke stralen van de diamant gedurende de ontwerpfase (week 1 t/m 6) hoofdzakelijk aan bod zijn gekomen.
6. Evaluatietool: Om een idee te krijgen over welke impact de culinaire kunstbeleving maakt op de bezoekers van de smaakavond, werd een interactief tafelkleed ontworpen. Gedurende het verloop van de avond mochten de gasten hun indrukken en bevindingen hierop achterlaten middels woord en beeld. (bijlage 13, pagina 62)
7. Kook Kid/t: De Kook Kid/t is een toolkit voor kind en ouder om thuis samen aan de slag te gaan met makkelijke, goedkope, gezonde recepten die gedurende de smaakweken zijn klaargemaakt. De kit omvat eveneens het lievelingsgerecht van ieder kind dat deelnam aan het project en een kookchallenge. Na afloop van de laatste bijeenkomst kregen de kinderen deze Kook Kid/t als cadeau mee naar huis.



Diamant 2 – Resultaten

Vanuit de theoretische onderbouwing en projectresultaten kunnen we nu antwoord geven op de volgende deelvragen.

1. Welke strategieën worden op dit moment toegepast om gezond eetgedrag te stimuleren en wat is de effectiviteit daarvan?

De huidige aanpak om gezond eetgedrag te stimuleren, welke ineffectief blijkt te zijn, werd reeds in hoofdstuk 2 en 3 uitgebreid omschreven. Er werd een antwoord geboden op deze onderzoeksvraag vanuit literatuuronderzoek, in combinatie met ervaringsverhalen van experts. Ook de persoonlijke jeugdervaring (N=1=IK) heeft bijgedragen aan het vormen van een beeld over welke aanpak wel/niet aanslaat. Juist vanuit deze visie is een eigen, gewenste strategie ontwikkeld waarbij de psychologische omkering centraal staat, nl. het positief benaderen en het ontwerpen op emoties, welke je kunt aanraken middels kunst en spel. Deze aanpak werd toegepast tijdens het onderzoeksproces. De effectiviteit hiervan is gebleken uit de positieve reacties van de eindgebruiker en andere betrokkenen.

2. Wat is kruisbestuiving en hoe ziet de kruisbestuiving tussen kunst en koken er uit?

Definitie: Kruisbestuiving is een proces waarbij creativiteit vanuit de creatieve sector (waaronder kunst en cultuur) met andere sectoren interageert om zo tot innovatie te komen, welke kan bijdragen aan oplossingen voor maatschappelijke problemen.

Uitkomst proces: De kruisbestuiving tussen kunst en koken die in dit onderzoek is opgezocht, vertaalt zich naar een dynamisch (leer)proces van wederkerigheid. Een uitwisseling waarbij de kok creatieve en kunstzinnige elementen onderzocht in de keuken en de kunstenaar met eten, en andere aspecten die daarbij horen, aan de slag ging in de kunstzinnige maaksessies. Evenwel werd zodanig vakoverstijgend gewerkt waardoor de kok en de kunstenaar taken van elkaar overnamen, zonder daarbij uit hun eigen rol te stappen. Kok en kunstenaar gingen als het ware elkaars taal spreken. Hun disciplines transformeerden. Het voorbereidend en het uitvoerend proces, welke uitvoerig staan beschreven in dit hoofdstuk, werden voortdurend samen doorlopen. Daarbij werd vanuit beide vakgebieden expertise aangeleverd, welke elkaars professie in positieve zin beïnvloedden. Door deze invalshoeken te combineren, ontstond nieuwe kennis die ten goede kwam aan de ontwikkeling van de kok, de kunstenaar en aan het proces waar ze samen met de kinderen in participeerden.

Uitkomst product: De kruisbestuiving tussen kunst en koken kreeg ook zijn uiting in het prototype zelf door de eetbeleving op een creatieve en kunstzinnige manier te benaderen en door de kunstbeleving op een gastronomische manier te benaderen. Bijlage 6 (pagina 53) laat zien hoe de eetbeleving was vormgegeven. Op verschillende momenten vervaagden de disciplines en kon je niet altijd helemaal zeker weten of je nu een eetbeleving of een kunstbeleving ervoer.

3. Wat is de waarde van een co-creatief maakproces tussen kind, kok en kunstenaar?

Deze deelvraag sluit mooi aan op deelvraag 2, daar de kruisbestuiving tussen kok en kunstenaar van invloed is geweest op het ontwerpproces met de kinderen. Reeds in hoofdstuk 3 werd een visualisatie geboden op hoe deze kruisbestuiving eruit ziet en welke inbreng alle drie de partijen leveren. In dit hoofdstuk werd zichtbaar hoe alle drie deze partijen tot elkaar zijn gekomen in de praktijk. Bijlage 8 (pagina 55) geeft weer welke iteraties zijn uitgevoerd om het co-creërende proces vorm te geven.

Vanuit observaties en evaluaties werd geconstateerd dat het transdisciplinair laten samenwerken van een kok, kunstenaar en kinderen zijn waarde kan bieden op de volgende manier. De kok is in eerste instantie een technische vakvrouw die erg top down gericht werkt. Juist door inbreng van een kunstenaar leert de kok op een creatievere, speelse manier het vak(man)vrouwschap te benaderen. Er ontstaat ruimte voor het vrije, ongebonden spel naast de primaire conventies. Met ondersteuning van de kunstenaar leert de kok om veel meer vanuit de verbeeldingskracht te werken en daar het kind in te begeleiden. Het vergt eveneens creativiteit van de kok om met de input die het kind levert aan de slag te gaan en samen tot iets nieuws te komen, maar het biedt ook een hele nieuwe wereld aan inspiratie. Juist die openheid en gelijkwaardigheid, die het kind ervaart in het maakproces,

zorgt ervoor dat deze zich meer betrokken voelt en meer openstaat tot leren en participeren. Omgekeerd heeft de kunstenaar het vermogen om een artistieke vertaalslag te maken van de thema's voeding en gastvrijheid naar kunstzinnige maakopdrachten en -interventies welke met de kinderen kan worden onderzocht. De kok kan er echter voor waken dat het deconstructieve maakgehalte van de kunstenaar niet de kwaliteit van de producten en diensten tekort doet.

Kind, kok en kunstenaar brengen elkaar middels het spel in beweging. Door wederzijdse beïnvloeding ontstaat er een evolutie in het zijn van die 'kok' en 'kunstenaar', wat op zijn beurt ten goede komt aan de beleving die het kind heeft met eten. Deze crossover aanpak tilt het proces zodus naar een hoger niveau, waarbij vanuit gedeeld eigenaarschap wordt gewerkt aan nieuwe kennis, inzichten en ervaringen.

4. Welke ontwerpprincipes zijn bepalend om kinderen meer open te laten staan voor gezonde voeding?

Vanuit dit onderzoek zijn negen ontwerpprincipes geformuleerd waar het ontwerp aan zou moeten voldoen. De principes zijn niet heilig, maar hebben hun effectiviteit wel bewezen en geven daardoor richting aan het proces van bewustwording en gedragsverandering.

1. Creëer een nieuwe (beeld)taal

Ontwerp nieuwe concepten en rituelen, waarbij alle zintuigen worden aangesproken. Het vergroot de beleving en beïnvloedt daarmee het gedrag van mensen. Vastgeroeste denkpatronen maken zo plaats voor een meer open, nieuwsgierige houding.

2. Deconstrueer de werkelijkheid

Met kunst leren we op een andere manier naar de wereld om ons heen te kijken. Door de werkelijkheid voor de ander te deconstrueren, of deze dat zelf te laten doen, ontstaat ruimte om bepaalde onderwerpen op een andere manier te bekijken, te bevragen en daarop te reflecteren.

3. Kom tot stilstand

Om het bewustwordingsproces op gang te brengen en iets diep te kunnen ervaren – in het hier en nu – is rust, ruimte en tijd nodig.

4. Geef autonomie

Geef mensen de autonomie om zelf keuzes te maken. Dit zorgt voor eigenaarschap en betrokkenheid, maar dwingt hen ook om zelf na te denken en eigen standpunten in te nemen.

5. Onderzoek de behoefte

Laat mensen zelf maken en neem hen mee in het associatief denken en herbeleven van herinneringen. Laat het hen vervolgens presenteren zodat herinneringen gekoppeld worden aan ervaringen en emoties.

6. Focus op smaak zonder waardeoordeel

Door je te richten op smaak spreek je veel meer de persoonlijke voorkeuren, eigen identiteit en cultuur van iemand aan, welke de betrokkenheid en openheid ten goede komt.

7. Breng in beweging

De aanwezigheid van spel, het maken van kunst, zet aan tot actie, exploratie, in beweging komen en onderzoeken. Het is de start van bewustwording en leren.

8. Co-creëer

Samen maken en samen ontwerpen, creëert waarde aan beide kanten. Deze win-win zorgt voor de meeste inhoudelijke impact, maar ook voor hogere betrokkenheid.

9. Zorg voor SPEKTAKEL !!!

Verras, verwonder en maak het onmogelijke mogelijk. Een ware beleving wordt doorvoeld en wordt opgeslagen in het hart.

5. Wat heeft de inzet van kunstzinnige middelen gekatalyseerd en/of geremd in het stimuleren van gezonder eetgedrag bij kinderen?

In hoofdstuk 2 werd een theoretisch kader geboden over de kracht die kunst in zich draagt en over de noodzaak van spelen. De ontplooiing van ons mens-zijn schuilt immers in spel. En door te spelen komen we dicht bij de werkelijkheid, juist door deze te deconstrueren en opnieuw uit te vinden. Door het scheppen van kunst en het inzetten van onze verbeeldingskracht raken we iets aan in onszelf, iets heimelijks wat haast niet onder woorden te brengen valt. Iets bovennatuurlijks of iets zo diep vanbinnen, wat elke andere discipline niet zomaar kan en wat ons in beweging brengt.

In dit hoofdstuk werd een opmaat gegeven naar hoe die kracht van kunst en spel kan worden ingezet als instrument om een nieuwe (beeld)taal voor gezonde voeding te construeren en daarbij de verwondering voor eten aan te wakkeren bij kinderen, in de hoop openheid te creëren om nieuwe, gezonde dingen uit te proberen. In deze laatste deelvraag wordt antwoord gegeven op uitkomsten die gegenereerd zijn door middel van deze kunstzinnig benadering. Belangrijk daarbij is het onderscheid dat wordt gemaakt tussen het inzetten van kunstzinnige middelen gedurende het maakproces en de uiting die dit kreeg tijdens de proefavonden. Daarin wordt naast het eetgedrag van de kinderen ook de ervaring van de ouders meegenomen.

Gedurende het maakproces was zichtbare groei op te merken bij de kinderen. Velen kwamen binnen met weinig kennis over eten en brachten ons in verbazing aan het eind van het project over al hetgeen ze hadden geleerd. Ook de betrokkenheid en het enthousiasme was hoog. Maakopdrachten die in de smaakdagen aan bod kwamen, maakten kinderen thuis af of ze kwamen de volgende bijeenkomst met nieuwe ideeën die ze graag wilden uitproberen. De nieuwsgierigheid bij de ouders/opvoeders nam eveneens zichtbaar toe. Waar gedurende de eerste week slechts twee ouders aanwezig waren voor het afzetten en ophalen van hun kind, steeg dat aantal met de week. Een mooi bewijs is de grote groep ouders die we tijdens de twee proefavonden mochten verwelkomen. Enkele keren vroegen ouders ook het receptuur van wat was klaargemaakt, gezien hun kind daar thuis zo uitgebreid over had verteld. De speelse elementen die in de culinaire kunstbeleving werden ingezet, waaronder het zelf samenstellen en aan tafel opmaken van het bord, waren interventies die de ouders evenwel hadden geïnspireerd om dit voortaan ook thuis zo te gaan doen. Ze deelden hun enthousiasme over de vorm waarop eten kan worden ervaren en hoe verbindend dat werkt. Het organiseren van deze proefavonden werkte stimulerend voor de kinderen om ergens hard voor te werken. Het creëerde zichtbare trotsheid.

Eveneens zijn er remmende factoren aanwezig geweest gedurende het proces. Praktijkervaring wijst uit dat sommige kunstzinnige interventies voor de meer jongere kinderen nog te abstract waren en daardoor misschien niet helemaal hun meerwaarde bewezen. Kunst daagt daarnaast ook uit om uit de comfortzone te treden. Het ene kind kan en wil dat sneller dan het andere. Met name in de performatieve werkvormen was dit zichtbaar. En doordat in het begin van het proces kunst en koken meer los van elkaar stonden, wisten de kinderen de transfer moeilijk te maken tussen beide maakmomenten. Juist vanaf de samenkomst van beide disciplines in één lesmoment was er een zichtbaar 'aha-moment'.

Uit evaluaties is gebleken dat meerdere kinderen sinds de smaakdagen thuis willen helpen met koken, het overnemen van de ouders in de keuken of bepaalde dingen wel willen eten die ze voor de smaakdagen niet wilden eten. Of dit vertoonde gedrag uitsluitend een gevolg is van het inzetten van kunst is moeilijk te achterhalen. Evenwel weten we niet of dit nieuwe gedrag thuis gepaard gaat met gezonde voedingskeuzes. Wel laat het ons zien dat het traject, hoe deze was vormgegeven, iets in beweging heeft gebracht. Zo vroegen de kinderen en ouders na afloop ook naar een vervolgtraject. Het project bood een eerste aanzet naar actief bezig zijn met (gezond) eten, wat hoe dan ook ten goede komt aan de bewustzijnsontwikkeling van kinderen.



Hoofdstuk V.

Appels uit het paradijs

Ende de vrouwe sach, dat die boom goet was tot spijs, ende dat hy een lust was voor de oogen, ja een boom die begeerlijck was om verstandich te maken, ende sy nam van sijne vrucht, ende at: ende sy gaf oock haren man met haer, ende hy at.

Kritische reflectie

Dit hoofdstuk zoomt in op een aantal observaties die opvallend waren gedurende het onderzoekstraject en daardoor in positieve en negatieve zin de resultaten hebben beïnvloed.

1. Tijd

Het duurde even vooraleer we binnen de koksopleiding de juiste match vonden met een koksstudent, waardoor de tijd voorafgaand aan de start van het project kort was. Hierdoor konden de kok en kunstenaar weinig vooronderzoek doen. In een vervolgtraject zouden zij graag eerst samen de keuken en de studio induiken om elkaars discipline beter te leren kennen, te onderzoeken, te ervaren, alvorens met de kinderen aan de slag te gaan.

2. Intensiteit

Elke smaakdag nam wekelijks 3 uur in beslag. Dit was, in combinatie met de 2 proefavonden, voor de jongste kinderen te zwaar. Ook bleek het leeftijdsverschil te groot, omdat het denk- en vaardigheidsniveau van de meeste kinderen tussen 9 en 13 jaar behoorlijk verschilden. In een vervolgtraject is nog meer differentiatie of opsplitsing van de groep nodig.

Ook de kok en de kunstenaar moesten veel schakelen: werken met een uitdagende (grote!) groep kinderen, toewerken naar een proefavond en daarin ook de kruisbestuiving met de andere discipline onderzoeken. Advies voor een vervolgtraject is daarom werken met kleinere groepen en de inzet van extra begeleiders. Op die manier ontstaat voor de kok en kunstenaar meer ruimte voor diepgang en persoonlijke aandacht voor de kinderen.

3. Ruimte

De ruimte die we tot onze beschikking hadden bleek te klein om de kok en kunstenaar samen te laten acteren. Dit werd opgelost door de kruisbestuiving tussen beide disciplines voorafgaand aan elke smaakdag te onderzoeken en te bespreken. Vanaf smaakdag 4 kwam een grotere ruimte beschikbaar waar de kok en kunstenaar wel samen aan de slag konden. Dat kwam het proces zichtbaar ten goede.

4. Betrokkenheid

De wijk waar dit project is uitgevoerd kent vele uitdagingen. Dat was ook te merken aan bepaald gedrag van sommige kinderen. Dankzij de nauwe samenwerking en afstemming met de jongerenwerker konden we kinderen die niet zo vanzelfsprekend naar deze activiteiten komen toch betrekken bij deze sessies. Opmerkelijk was het continuüm van aanwezigheid onder de kinderen. De groep was vrijwel iedere week voltallig, ook gedurende de vakantie. Niemand wilde de lessen missen.

Een appgroep informeerde de ouders van deelnemende kinderen over de lessen, maar maakte hen ook nieuwsgierig. Enkele ouders willen nu als ambassadeur van dit project vervolgstappen nemen richting de ouderraad van de basisschool.

Ook de betrokkenheid van de MBO Koksopleiding bleek erg groot. Een docent is een dag mee komen koken en heeft het ontwerpproces met de kinderen van dichtbij meegemaakt. Uit nieuwsgierigheid sloten vanaf smaakdag 4 ook twee extra studentkoks aan. Deze extra handen bleken erg waardevol.

5. Doel van het project

Crossover

Gedurende het maaktraject konden kok en kunstenaar steeds op gelijkwaardige manier samenwerken, uitwisselen en leren. De inzet van twee studenten droeg daar aan bij, maar zorgde ook voor uitdagingen. Studenten hebben immers nog niet zo heel veel werkervaring. Deze vorm van samenwerken vroeg een andere, voor hen geheel nieuwe benadering en kijk op de eigen professie. Beide studenten hadden hier elk op hun eigen manier moeite mee. Ook de duur van het leertraject was vrij kort om kok en kunstenaar geheel bekwaam te maken. Vervolgonderzoek is daarom nodig om te achterhalen welke handvatten deze studenten nog meer nodig hebben om meer vakoverstijgend te leren werken en positie in te nemen in sociaal-maatschappelijke vraagstukken. Samen met de koksopleiding is hierin al een eerste start gemaakt. In hoofdstuk 7 is daar meer over terug te lezen. Hetzelfde vervolgonderzoek is ook nodig in kunstland willen we dat de kunstenaar zijn/haar/hen rol beter leert begrijpen in de maatschappij. Maar mijn onderzoek is te kort om dat onderzoek parallel te laten lopen. Daarnaast

wordt de huidige kunstenaar naar mijn mening al flexibeler en creatiever opgeleid om van daaruit een weg te banen in de huidige maatschappelijke ontwikkelingen.

Gezond eetgedrag

Het project manifesteerde zich door met de kok en kunstenaar de klas te betreden op school. Deze start bleek een succesfactor, gezien de grote hoeveelheid kinderen die zich vervolgens aanmeldde voor de smaakdagen. Kok en kunstenaar fungeerden vanaf dag 1 als rolmodel. Hun inzet en aanpak stimuleerden meteen de verbeelding van het kind en liet het verlangen groeien om samen te werken, maken en spelen.

Het is realistisch te stellen dat een traject van acht weken te kort is om werkelijk gedragsverandering teweeg te brengen. Een mooi praktijkvoorbeeld is de oproep richting de ouders om hun kinderen voor de proefavonden een kleine 'snack' mee te geven, waarna de hele groep met snoepzakken en chips hun pauzes doorbrachten. Hoewel er niets mis is met het genieten van lekkers, toont dit ook aan dat meer nodig is om gedrag ook buiten de activiteiten om te doen veranderen.

Dit onderzoek bracht een zichtbare impact teweeg en bewijst dat de aanpak werkt als opmaat, maar bracht ook het besef dat op wijk- en schoolniveau duurzaam iets zal moeten veranderen met daarin een grote rol voor ouders. Hoofdstuk 7 doet hierin een voorstel voor vervolgonderzoek, waar inmiddels ook de eerste stappen voor zijn gezet.

6. Eigen rol als regisseur

Dit traject vroeg meerdere rollen van de regisseur: regie nemen, het project leiden en coördineren, productionele en financiële verantwoordelijkheden dragen, stagebegeleiding van de kok- en kunstvakstudent, ondersteuning als docent in de smaakdagen, contact met de stakeholders warm houden en artistieke eindverantwoordelijkheid dragen over het prototype. Hoewel ik deze rollen kon combineren, is het wenselijk dat ondersteuning een deel van deze rollen overneemt, zodat operationele taken ook in de toekomst geborgd blijven en niet gekoppeld blijven aan de regisseur.

Daarnaast ging de aandacht die ik als regisseur nodig had voor de ontwikkeling van de module, ten koste van de aandacht voor het betrekken van andere stakeholders. Zij zijn wel langs de zijlijn op de hoogte gehouden over het procesverloop en waren in grote getallen aanwezig tijdens de testrondes van het prototype, wat heeft geleid tot groeiend enthousiasme en betrokkenheid. Ook hier bewijst het prototype haar dienst als katalysator om vervolgstappen te kunnen maken in het onderzoek. Voor toekomstige projecten spraken zowel ik als regisseur als de stakeholders de wens uit om meer samen te werken in de ontwikkeling van het prototype zelf.

Hoofdstuk VI.

Takeaway.nl

People don't know what they want until you show it to them.

Steve Jobs

Conclusie

Dit onderzoek had tot doel kinderen met een ongezond eetpatroon middels een kunstzinnig educatie- en participatietraject meer open te laten staan voor gezonde voeding. Ik werkte daarvoor op een spelende wijze samen met kinderen, een kok en een kunstenaar. Daarbij werd de vraag gesteld: “Hoe kan de kruisbestuiving tussen koken en kunst gezonder eetgedrag bij kinderen tussen 9 en 13 jaar stimuleren?”. Om hier een antwoord op te kunnen formuleren, werden zowel theoretisch als praktisch onderzoek verricht. Op basis van de resultaten uit het onderzoek kunnen we het volgende concluderen.

Door een (leer)proces van wederkerigheid te faciliteren tussen kok, kunstenaar en kind, ontstaat een samenwerking waarbij vanuit gelijkwaardigheid kennis en ideeën worden gedeeld. De inzet van spel en kunstzinnige interventies is daarin de motor om de kok op een innovatieve manier om te laten gaan met diens ambacht, waardoor meer ruimte ontstaat voor verbeeldingskracht. Zodoende kan het kind op een fantasierijke manier nieuwe kennis opdoen over eten. Door daarbij een inclusieve aanpak te hanteren die uitgaat van een positieve, persoonlijke benadering en de behoefte van het kind centraal stelt, ontstaat bij het kind een grotere betrokkenheid en meer openheid tot leren en participeren. Tevens kan de kracht van kunst en spel haar dienst bewijzen in het creëren van een nieuwe (beeld)taal voor gezonde voeding, welke de verwondering en nieuwsgierigheid voor gezond eten aanwakkert bij het kind. Hierdoor zal deze meer bereid zijn om nieuwe dingen uit te proberen en conventies aan de kant te schuiven. Kunst en spel fungeren als katalysator binnen deze kruisbestuiving om gezonder eetgedrag bij kinderen te stimuleren, doordat ze aanzetten tot maken, exploratie en in beweging komen.

In hoeverre het onderzoek ook tot gezonder eetgedrag op langere termijn leidt, is niet onderzocht. De ervaring uit dit proces leerde wel realistisch te zijn en te stellen dat de doorlooptijd te kort is om tot structurele gedragsverandering te komen. Daar is meer tijd, continuïteit en maatwerk voor nodig. Dit onderzoek toonde wel aan dat de aanpak een goede start vormt in het motiveren van kinderen. Kortom: de formule $N = k \cdot K^2$ brengt het eetgedrag van kinderen in beweging en maakt daarmee een start met bewustwording en nieuwsgierigheid richting gezond eten. Daarnaast biedt de formule potentie richting vervolgonderzoek op meso- en macroniveau.

Discussie

Validiteit en betrouwbaarheid

De kruisbestuiving tussen kunst en koken geeft een eerste aanzet om kinderen meer op de laten staan voor gezonde voeding. Nieuwsgierigheid en bereidheid is immers de start van leren. Maar is dat voldoende? En zijn deze resultaten generaliseerbaar? Allereerst weten we dat duurzame gedragsverandering hardnekkig is. Iets weten, betekent nog niet dat we het daarna ook doen. Vele andere psychologische- en omgevingsfactoren spelen eveneens een grote rol bij de keuzes die we maken en het gedrag dat we vertonen, en de eindverantwoordelijkheid ligt daarbij bij de gebruiker. Als kind ben je daarnaast veelal afhankelijk van de keuzes die ouders maken. De omgeving van dat kind zo positief mogelijk beïnvloeden en daarin een continuüm waarborgen biedt de meeste kans van slagen.

Vanuit de proefavonden weten we dat jong en oud positief varen op deze aanpak en benadering. Kanttekening is wel dat dit een selectieve groep eindgebruikers betrof en de resultaten daarmee niet zomaar voor iedereen gelden. Meer interventies en tests met verschillende doelgroepen en in verschillende contexten zijn nodig, willen we de validiteit van dit ontwerp kunnen bewijzen. Om deze waarde op de lange termijn te kunnen garanderen en daarin opschaalbaarheid te realiseren is vervolgonderzoek nodig. In hoofdstuk 7 wordt daar een advies over uitgeschreven, dat zich richt op de emancipatie van de kok vanuit het inzicht dat het restaurant zich naar de wijk moet verplaatsen. Startpunt daarbij is de kokopleiding.

Hoofdstuk VII.

Prinses op de ERWT

“Een koning en koningin hebben een zoon die op zoek is naar een prinses. Om er een echte prinses uit te halen, verzinnen ze een list: wie na een nacht slapen op 20 matrassen nog voelt dat er een erwt onder ligt, wegens haar gevoelige huid, kan niet anders dan een prinses zijn. Na de vele sollicitaties van meisjes die allemaal beweren dat ze een prinses zijn, maar die heerlijk slapen op de 20 matrassen, dient zich op een dag een meisje aan dat er door de regen en storm niet uit ziet, maar beweert een prinses te zijn. Ook zij moet dezelfde proef doorstaan en gaat slapen op de 20 matrassen. Als de prinses de volgende morgen verklaart niet geslapen te hebben omdat het leek of er een steen onder haar bed lag, zijn de koning en koning overtuigd. De prins trouwt met de prinses en ze leven nog lang en gelukkig.”

De prinses op de erwt – Hans Christian Andersen (1835)

Advies voor vervolgstudie en onderzoek

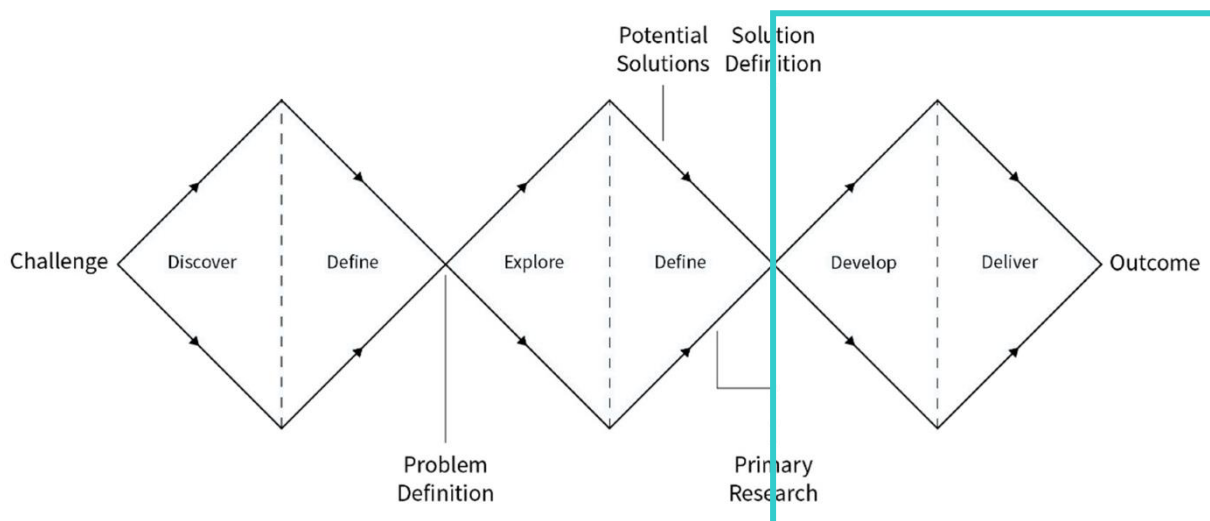
Aanbevelingen voor vervolginiciatieven op meso- en macroniveau

Tijdens de zoektocht naar een innovatieve vorm om gezonde voeding op een toegankelijke manier bij kinderen te brengen, en daar de samenwerking tussen een kok en kunstenaar voor in te zetten, stuitten we op een nieuw probleem. Het bleek namelijk dat de benadering van de kok vrij autonoom en top down gericht is.

De plaatsing van een kok in andere domeinen vraagt andere, creatieve vaardigheden en om een benadering vanuit het 'spelende mensbeeld'. Willen we in de toekomst vervolginiciatieven realiseren vanuit de aanpak die in dit onderzoek is ontwikkeld, dan geldt de implicatie dat we meer creatieve koks nodig hebben die bereid zijn om meer toegepast met hun vak om te gaan en daarbij veel meer verbeeldingskracht kunnen en willen inzetten. De kok, zoals waargenomen in het huidige traject, kan fungeren als rolmodel (*hero*) en daarmee veel invloed uitoefenen op de doelgroep en de gewenste situatie. In bijlage 14 (pagina 63) is deze analyse middels een waardepropositie en future casting-model weergegeven om de meerwaarde ook voor de toekomst te illustreren.

De transdisciplinaire verbinding die een MBO kok aangaat met een HBO kunstenaar verdient daarom verdere definiëring en verdieping. Dit wordt gezien als het ultieme startpunt van vervolgstudie om van daaruit verscheidene nieuwe initiatieven op microniveau uit te rollen. Om grootschaligere impact te bewerkstelligen is innovatie in en door de kunsten op onderwijsniveau binnen het MBO instituut vereist. Het is het startpunt van waaruit koks het werkveld betreden.

De definiëring van deze oplossing behelst de synthese van dit onderzoek en vormt daarmee het slot van de tweede diamant uit het Triple Diamond Model. De derde diamant, die in teken staat van ontwikkeling, zal zich zodus richten op het itereren van de eerdere samenwerking tussen kok en kunstenaar (zie kader in onderstaande figuur). In vervolgonderzoek zal daarom worden onderzocht in welke vorm deze samenwerking een plek kan krijgen op systemisch niveau in de MBO Koksopleiding.



Figuur: de drievoudige diamantvariant van het Double Diamond Model (Triple Diamond)

Vanuit een aantal gestelde onderzoeksvragen is een eerste aanzet richting vervolgstudie gemaakt. De belangrijkste uitkomsten zijn hieronder terug te vinden en worden aangevuld met bijlages.

1. Welke bekwaamheid wordt van een kok gevraagd om in een cross-sectorale setting mede te ontwerpen en positie in te nemen in een sociaal-maatschappelijk vraagstuk?

Om een antwoord te bieden op deze vraag werd een eerste competentieprofiel opgesteld van de toekomstige koksstudent. Deze is terug te vinden in bijlage 15 (pagina 65). Er ligt een grote uitdaging bij het werken met MBO studenten daar ze nog vrij jong zijn en nog niet zo bewust met hun positie in de maatschappij bezig zijn. Experts Dr. Peter Klosse alsook Marieke Gervers adviseren daarom om ook andere opleidingen in acht te houden waar koken een rol speelt en een creativiteitsslag zou kunnen worden gemaakt (Social Work, Zorg).

2. Over welke elementen/inhoud moet een module binnen de MBO Koksopleiding beschikken om een bredere doelgroep aan studenten op te leiden voor werkzaamheden in het sociaal-maatschappelijke domein? Wat leert de kok in de module (intern) en in het werkveld (extern)?

Er werd een eerste aanzet gedaan naar de concrete uitwerking van een module welke werd gepitcht bij de koksopleiding. Een globaal beeld van de module inhoud is terug te vinden in bijlage 16 (pagina 66).

“Ik zie zeker kansen om vanuit een keuzedeel of andere constructie een nieuw onderwijsaanbod aan te bieden. Het draagt ook bij aan de toekomstige positionering van ons instituut en kan mogelijk een nieuwe doelgroep studenten trekken. Ik breng dit in bij het MT.”

Pepijn Boer, docent MBO De Rooi Pannen (reactie na pitch)

3. Hoe kun je artistieke, scheppende kant van een kok versterken, zonder deze daarbij op te willen leiden tot een volwaardig kunstenaar?

Het gaat om het kunstzinnig leren werken in een ander vak waarbij sensibilisering wordt gevormd voor het ‘anders kijken’. Het inzetten van creatieve en kunstzinnige werkvormen kan hiertoe bijdragen. Middels praktijkonderzoek kunnen de koksstudenten deze nieuwe benadering doorvoelen en zelf onderzoekend leren. Deze scheppende, esthetische dimensies kunnen onderwijs op student niveau en op systemisch niveau versterken. Eveneens kunnen andere docenten van de opleiding meegenomen worden in deze benadering, wat hun professionele ontwikkeling ten goede komt (Bart van Rosmalen).

4. Welke plek krijgt deze module in de opleiding? Keuzevak/curriculum (vakintegratie)/practoraat/Associate Degree?

Vanuit eerste oriënterende gesprekken met zowel de koksopleiding zelf alsook met practoren Pierre Wind (ROC Mondriaan) en Marieke Gervers (Practoraat Creatief Vakmanschap) is duidelijk dat meerdere formules mogelijk zijn. Een practoraat is een relatief ingewikkelde constructie, maar niet onhaalbaar. Vaak wordt hierbij samengewerkt met externe professionals. Een HBO Lectoraat vanuit de kunstopleiding zou zo eveneens kunnen aanhaken in dit onderzoek (Suzan Lutke, Bart van Rosmalen).

Een herziening van het curriculum wordt nog complexer. De praktijk wijst uit dat vaak de meer excellente, sociale studenten geneigd zijn om op zulke vernieuwende manier te willen werken, leren en onderzoeken (Marieke Gervers). Vandaar dat een ontwikkeling op MBO+, niveau 5 (Associate Degree) eveneens niet uitgesloten wordt. Met name de onderwijsinstelling moet beslissen hoe dit voorstel past binnen hun organisatie.

5. Wat is er verder nodig in de onderwijsinstelling zelf om deze innovatie te bewerkstelligen?

Er werd een eerste oriëntatie gepleegd op gebied van vakintegratie in het MBO en de nodige competenties die deze innovatieslag behelst bij docenten. Een samenvatting van dit theoretisch onderzoek is terug te vinden in bijlage 17 (pagina 67).

Uit dit eerste gevoerde vervolgonderzoek kunnen we concluderen dat meerdere scenario's nog mogelijk zijn en open liggen. Deze hoeft de regisseur niet alleen te bepalen, maar wordt vanuit transdisciplinaire samenwerking met de onderwijsinstelling, studenten en anderen experts verder onderzocht en bepaald. Blijven testen en itereren is daarbij *keyword*. Door dit aan te pakken kunnen we op micro niveau meerdere initiatieven laten uitrollen.

“De nieuwe doelgroep koks wil niet meer in een restaurant werken, maar wilt met mensen werken. De huidige ROC's zouden erg blij zijn met een module die zich richt op toegepast koken.”

Pierre Wind, practor ROC Mondriaan

“Wat jij wilt realiseren behelst een andere kijk op koken waarvoor je creatief ingestelde personen nodig hebt die buiten de kaders kunnen denken, de wereld beter willen maken met eten en goed eten kunnen samenstellen. Die vind je binnen, maar zeker ook buiten de huidige koksopleidingen.”

Dr. Peter Klosse, smaakprofessor

Aanbevelingen voor vervolginiciatieven op microniveau

Willen we waarborgen dat kinderen en ouders op een duurzame manier worden gestimuleerd tot het consumeren van gezonde(re) voeding, dan is continuïteit van soortgelijke initiatieven de sleutel. De volgende aanbevelingen zijn daarom richtinggevend om op de korte en lange termijn te blijven werken aan dit vraagstuk:

1.

Intensievere samenwerking met basisschool Koningshaven waarbij intern meer educatief lesaanbod wordt behandeld rondom voeding, bijvoorbeeld in vorm van:

- Projectweken of thematisch verwerken binnen het vak burgerschap.
- Inhuren van creatieve koks die de ontwikkelde methodiek hanteren (lees: spelenderwijs ontdekken en leren).
- Deskundigheidsbevordering van de onderwijsorganisatie, zodat de visie rondom voedselbeleid breed gedragen kan worden door het hele team. Tevens behoort het opschalen van dit traject richting andere basisscholen tot de aanbevelingen.

2.

Vergroten van de betrokkenheid van ouders door:

- Inzetten van ouders als vrijwilligers tijdens schoolactiviteiten met betrekking tot voeding. Op deze manier worden ze actief meegenomen in nieuwe belevingen met eten en leren ze zelf *by doing*.
- Organiseren van belevingssessies (in combinatie met informatievoorziening vanuit de GGD). Belangrijk hierbij is dat het initiatief gedragen wordt door en samen ontwikkeld wordt met de ouderraad, waardoor het makkelijker een vaste plek krijgt binnen het activiteitenprogramma en ouders kunnen fungeren als ambassadeurs. Ook is het belangrijk dat zulke bijeenkomsten niet louter informerend ('vinger wijzend') zijn, maar juist interactief, speels en zintuiglijk worden ingevuld.

3.

Op wijkniveau ligt er een kans om vanuit R-Newt Kids Jongerenwerk naschoolse kookactiviteiten aan te bieden aan kinderen (cursus/projectmatig). Hieronder valt te verstaan een (pop-up) kindervijkrrestaurant openen waarbij kinderen hun creatief- en ambachtelijk vermogen verder kunnen uitdiepen onder begeleiding van een sociaal werker en in samenwerking met een creatieve kok (al dan niet met aanvullende aanwezigheid van een kunstenaar). Een bijkomend voordeel is dat door de verbinding van dit restaurant met het wijkcentrum kwetsbare doelgroepen makkelijker in aanraking kunnen komen met gezonde voeding.

4.

De smaakdagen en proefavonden blijken bewezen effectief te zijn als katalysator om verwondering en nieuwsgierigheid voor gezonde voeding tot stand te brengen. Deze formule kan dan ook aanschouwd worden als een blauwdruk voor toepassing in andere Tilburgse wijken of steden.

5.

Om een diverse (kwetsbare) doelgroep aan te trekken voor participatie, is het belangrijk andere communicatiestrategieën en werkwijzen toe te passen dan de veelal gekozen enquêtes en brieven/formulieren. Het advies is korte, beeldende communicatie toe te passen, die zo persoonlijk en interactief mogelijk is en past bij de belevingswereld van de doelgroep (mond-op-mond of whatsapp). Een stuk intensiever, maar wel effectiever. Een sociaal werker of wijkregisseur kan bijdragen aan het behouden van korte lijntjes met de wijkbewoners. Tot slot geldt als gouden regel: start bij de gebruiker, ontwerp oplossingen vanuit behoeftes, wensen en mogelijkheden, en steeds in co-creatie.

De in dit hoofdstuk beschreven adviezen tonen dus aan dat het uitgevoerde onderzoek aanzetten tot vervolgstappen geeft op alle drie de niveaus (micro-, meso- en macroniveau).

LITERATUUR

- dr. ir. Brink, L., dr. ir. Postma – Smeets, A., dr. ir. Stafleu, A. & dr. Wolvers, D. (2020). *Richtlijnen Schijf van Vijf*. Den Haag: Stichting Voedingscentrum Nederland, Den Haag.
- Deci, E. L., Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behaviour* (3rd ed.). New York, N.Y, USA: Plenum Publishing.
- Felkers, I. (2017). *The ambiguity of reality: towards an awareness of the significant role of play in higher arts*, Ryall, E., Russell, W. and MacLean, M. (eds.) *Philosophy of Play as Life*, London: Routledge, 133-146.
- Geest, N. van der, Nagtzaam, M., Nobel, S., Schouten, J. (2019). *Essay Creatief vermogen en de diamant*. Utrecht: HKU en Ontwikkeltraject Creatief vermogen Utrecht.
- Gruijters, K., Hinte, E. van (2016). *Exploring the future of food*. TERRA.
- Heijer, E. den (2020). *Inner Play in a Study Narrative*. Utrecht: HKU Press.
- Hoogendoorn, E., Renger, W.-J. (2018). *Ludodidactiek ontwerpen voor didactici*. Utrecht: HKU Expertisecentrum Educatie & IJsfontein.
- Huizinga, J. (1938). *Homo Ludens – Proeve eener bepaling van het spel-element der cultuur*. Amsterdam: Amsterdam University Press.
- Klosse, P. R. (2004). *The concept of flavor styles to classify flavors*. Academie voor Gastronomie, 105-106.
- Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica, Coordenação Geral de Alimentação e Nutrição. *Guia Alimentar para a população Brasileira*, trans. 2014.
- Rosmalen, B. van (2016). *Muzische professionalisering. Publieke waarden in professioneel handelen*. Utrecht: Uitgeverij IJzer.
- Sanders, E. B. -N., Stappers, P. J. (2012). *Convivial toolbox. Generative research for the front end of design*. BIS Publishers BV.
- Saussure, F. de (1916). *Course in General Linguistics*, trans. W. Baskin, London: Fontana, 1974.
- Schokker, J., Schokker, T. (2000). *Extimiteit*. Uitgeverij Boom.
- Spence, C. (2017). *Gastrofysica*. Uitgeverij Prometheus en Jacques Meerman.
- Sweetapple, K., Warriner, G. (2017). *Sensory Explorations in Food Design*. Promopress Editions.
- Tamboer, J. (1985). *Mensbeelden achter bewegingsbeelden*. Haarlem: de Vrieseborch.
- Vogelzang, M. (2008). *EAT LOVE*. Amsterdam: BIS Publishers.

INTERNET

- Bruggink, J.-W. (CBS), Hiemstra, M. (RIVM), Geuijen, P. (RIVM), Dorsselaer, S. van (Trimbos-instituut). (2022). *Gezondheidsenquête/Leefstijlmonitor 2014-2021*. [Online]
Available at: <https://www.cbs.nl/nl-nl/longread/diversen/2022/dataverzamelingsproces-gezondheidsenquête-leefstijlmonitor-2014-2021>
[Geraadpleegd op 31-05-2022]

CBS Onderzoek. (2022). *Overgewicht, roken en alcoholgebruik nauwelijks gedaald sinds 2018*. [Online]
Available at: <https://www.cbs.nl/nl-nl/nieuws/2022/10/overgewicht-roken-en-alcoholgebruik-nauwelijks-gedaald-sinds-2018#:~:text=In%202021%20hadden%20nagenoeg%20evenveel,naar%2021%20procent%20in%202021.>
[Geraadpleegd op 17-01-2022]

Filosofie Magazine. *Martin Heidegger*. [Online]
Available at: <https://www.filosofie.nl/filosofen/martin-heidegger/#:~:text=Voor%20Heidegger%20is%20de%20mens,met%20%27de%20zijnden%27%20om.>
[Geraadpleegd op 07-05-2022]

Gemeente Tilburg. (2020). *Op uw gezondheid! Lokaal Preventieakkoord Tilburg*. [Online]
Available at: https://bis.tilburg.nl/upload/notas/2021/02%20Preventie%20akkoord%20rapport_DEF.pdf#search=
[Geraadpleegd op 17-01-2022]

Gemeente Tilburg. (2021). *Informatie wijk Fatima*. [Online]
Available at: <https://allecijfers.nl/wijk/fatima-tilburg/>
[Geraadpleegd op 17-01-2022]

Gresnigt, R. (2020). *Vakintegratie 1 - Welke vormen van integratie zijn er?*. [Online]
Available at: <https://wij-leren.nl/vakintegratie-kennis-verbinden.php>
[Geraadpleegd op 13-05-2022]

Gresnigt, R. (2020). *Vakintegratie 2 - Zoek naar het verbindende principe*. [Online]
Available at: <https://wij-leren.nl/vakintegratie-kennis-verbinden.php>
[Geraadpleegd op 13-05-2022]

Gresnigt, R. (2020). *Vakintegratie 3 - Welke competenties vraagt het van een leerkracht?*. [Online]
Available at: <https://wij-leren.nl/vakintegratie-kennis-verbinden.php>
[Geraadpleegd op 13-05-2022]

HKU Musework. *Connecting Conversations*. [Online]
Available at: <https://www.musework.nl/nl/page/3270/connecting-conversations>
[Geraadpleegd op 15-03-2022]

Huber, M., Vliet, M. van, Boers, I. (2016) 'Heroverweeg uw opvatting van het begrip 'gezondheid'', Ned Tijdschr Geneeskd. 2016;160:A7720. [Online]
Available at: <https://www.ntvg.nl/artikelen/heroverweeg-uw-opvatting-van-het-begrip-gezondheid>
[Geraadpleegd op 06-05-2022]

IDEO. (2015). *The Field Guide to Human-Centered Design*. [Online]
Available at: <https://www.ideo.org/>
[Geraadpleegd op 17-01-2022]

INNOVATE Meet up 4. (2021). *De Toekomst van Voeding & Gezondheid*. [Online]
Available at: https://youtu.be/M_K4MGpiqAM
[Geraadpleegd op 13-11-2020]

Iwaarde, M. van (2014) 'Braziliaanse voedingsrichtlijnen; inspiratiebron voor het Voedingscentrum' [Online]
Available at: <https://www.natuurdietisten.nl/braziliaanse-voedingsrichtlijnen-inspiratiebron-voedingscentrum/>
[Geraadpleegd op 06-05-2022]

Larson, N. I., Neumark-Sztainer, D., Hannan, P. J., Story, M. (2007) 'Family meals during adolescence are associated with higher diet quality and healthful meal patterns during young adulthood', J Am Diet Assoc. 2007;107(9):1502-10. [Online]
Available at: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/17761227/>
[Geraadpleegd op 06-05-2022]

Larson, N., MacLehose, R., Fulkerson, J. A., Berge, J. M., Story, M., Neumark-Sztainer, D. (2013) 'Eating breakfast and dinner together as a family: associations with sociodemographic characteristics and implications for diet quality and weight status', *J Acad Nutr Diet*. 2013;113(12):1601-9. [Online]
Available at: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24139290/>
[Geraadpleegd op 06-05-2022]

Pharos. (2019). *Sociaaleconomische Gezondheidsverschillen (SEGV)*. [Online]
Available at: <https://www.pharos.nl/factsheets/sociaaleconomische-gezondheidsverschillen-segv/>
[Geraadpleegd op 17-01-2022]

Rijksoverheid. *Maatregelen Nationaal Preventieakkoord*. [Online]
Available at: <https://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/gezondheid-en-preventie/nationaal-preventieakkoord>
[Geraadpleegd op 17-01-2022]

Sarucco, H. *De Schijf van Vijf is achterhaald*. [Online]
Available at: <http://www.dietistsarucco.nl/publicatie/spits-nieuws-de-schijf-van-vijf-is-achterhaald/>
[Geraadpleegd op 06-05-2022]

The Double Diamond: Een universeel geaccepteerde weergave van het ontwerpproces. [Online]
Available at: <https://www.designcouncil.org.uk/our-work/news-opinion/double-diamond-universally-accepted-depiction-design-process/>
[Geraadpleegd op 02-05-2022]

DOCUMENTAIRE

McGinn, B. (Regisseur). (2016). *Chef's Table* (documentaire, seiz. 2, afl. 1, Grant Achatz). Netflix.

Frieds, A. (Regisseur). (2016). *Chef's Table* (documentaire, seiz. 2, afl. 3, Dominique Crenn). Netflix.

Gelb, D. (Regisseur). (2017). *Chef's Table* (documentaire, seiz. 3, afl. 1, Jeong Kwan). Netflix.

Ten slotte maak ik graag ruimte voor het bezingen van een lofzang, voor al diegenen die hebben bijgedragen aan dit onderzoek en mijn verdere ontwikkeling als ontwerper en als mens.

Allereerst mijn blijk van waardering aan alle docenten en de studieleider van de Masteropleiding Crossover Creativity. Samen boden zij een mooi, inspirerend programma aan waar ik me als een klein kind in een snoepwinkel aan ten goede heb gedaan. Hun bereidheid om tijd vrij te maken en expertise te delen was groot. En dankzij de veilige omgeving die ze creëerden, heb ik me vanaf dag één thuis gevoeld in de community waar ze samen aan bouwen.

In het bijzonder wil ik daarin een enorme dank uitspreken aan mijn coach Imara Felkers, die scherpzinnigheid, wijsheid en aanmoediging (met humor en warmte!) op de juiste momenten wist af te wisselen om mij naar de eindstreep te begeleiden. Ieder gesprek was intellectueel uitdagend en voelde aan als pure topsport, de opbrengst en inzichten waren daardoor des te groter. Een groot geschenk om te mogen kennen en om twee jaar als begeleider te laten meelopen in je ontdekkingsreis.

Daarnaast blik ik terug op onvergetelijke momenten met mijn lieve klasgenoten. Eén voor één mooie mensen met eigen kwaliteiten. Juist de variëteit aan expertises maakte het leertraject samen zo onwijs leerzaam en waardevol. We waren een bijzondere groep die ondanks (of juist door) een corona-lockdown-jaar zo dicht tot elkaar is gekomen. Vriendschappen voor het leven zijn hier gemaakt, lief en leed is gedeeld, en de vrijdagmiddagborrels (online/offline) houden we er standaard in.

Opdrachtgevers Raymond Godding van VoedSpoor en Loek Sijbers van Factorium Cultuurmakers dank ik voor het grote vertrouwen en alle vrijheid die ik van hun kreeg om mijn onderzoek naar eigen hand vorm te geven. Eveneens blik ik terug op een hele fijne samenwerking met alle betrokken stakeholders in dit onderzoek en kijk ik uit naar de vervolgstappen die we samen nog zullen maken. Verder dank ik alle experts die tijd wilden vrij maken voor gesprek. Het zijn met name de helden Rachel (kok) en Felicia (kunstenaar) waar ik een groot applaus aan toebedeel, om samen met mij het diepe in te springen en het ook niet altijd te weten. Hun inzet en bereidheid binnen dit onderzoek was groot. En de 19 smaakmakers, engeltjes én bengeltjes, zij krijgen het grootste applaus, voor hun creatieve inbreng, enthousiasme en fantastische uitvoering, wat doet bevestigen waarom je de dingen doet die je doet.

Pierre Wind bedank ik voor het bezorgen van de tijd van mijn leven in zijn kunstbelevings-smaakcircus-tramhuis. Het was het cadeautje van de studie en de grootste grap dat ik een dagje werd uitgenodigd om mee te komen koken en performen in zijn thuishaven.

Anita Mooiweer, oud-studiegenoot en tevens goede vriendin dank ik om orde in de chaos te brengen in dit schrijfwerk. Ze bracht letterlijk mooi weer in tijden dat het even weer mooi was geweest. Rosalijne, Gijlke en Marcia dank ik voor het meelesen en Saskia voor de grootste redactionele ondersteuning.

Last, but not least, bedank ik de mensen die het dichtst bij me staan. Mijn oma die mij betoverde met haar eigen liefde voor koken en eten, mijn ouders die mij het leven gaven, een spelend leven en daarmee het beste werk hebben verricht wat ze maar konden doen, mijn peetvader die het spel van zijn oogappel boven de wolken heeft mogen schouwen en denk ik niet beseft hoezeer zijn heengaan mij in beweging heeft gebracht om dit onderzoek zo nauwkeurig mogelijk te doen, en Saskia, mijn prachtige vrouw Saskia, die mijn hele 'ik' kent, liefheeft en aankan. Die samen met mij de muzen bezingt, maar mij de afgelopen twee jaren ook geregeld heeft moeten missen en mij daardoor de ruimte gaf om mijn verlangens en ambities verder te onderzoeken. Een diepe buiging maak ik tot slot voor mijn eigen innerlijke kind, die mij altijd trouw blijft en me leidt naar de plekken waar ik thuis hoor en gelukkig ben. We hebben het samen goed gedaan!

APPLAUS, voor allen! WitLOF. With LOVE.

Bijlage 1: Samenwerkingspartners

Opdrachtgevers

- **Raymond Godding**, VoedSpoor, directie
- **Loek Sijbers**, Factorium Cultuurmakers, directie

Designers

- **Rachel van Leest, Sanne Rooijakkers & Sjors Jansen**, De Rooi Pannen – MBO Koksopleiding, studenten
- **Felicia Kuijper**, Fontys Academie voor Danseducatie – HBO Kunstvakopleiding, student

Gebruikers

- Kinderen (9-13 jaar) en hun ouders/opvoeders

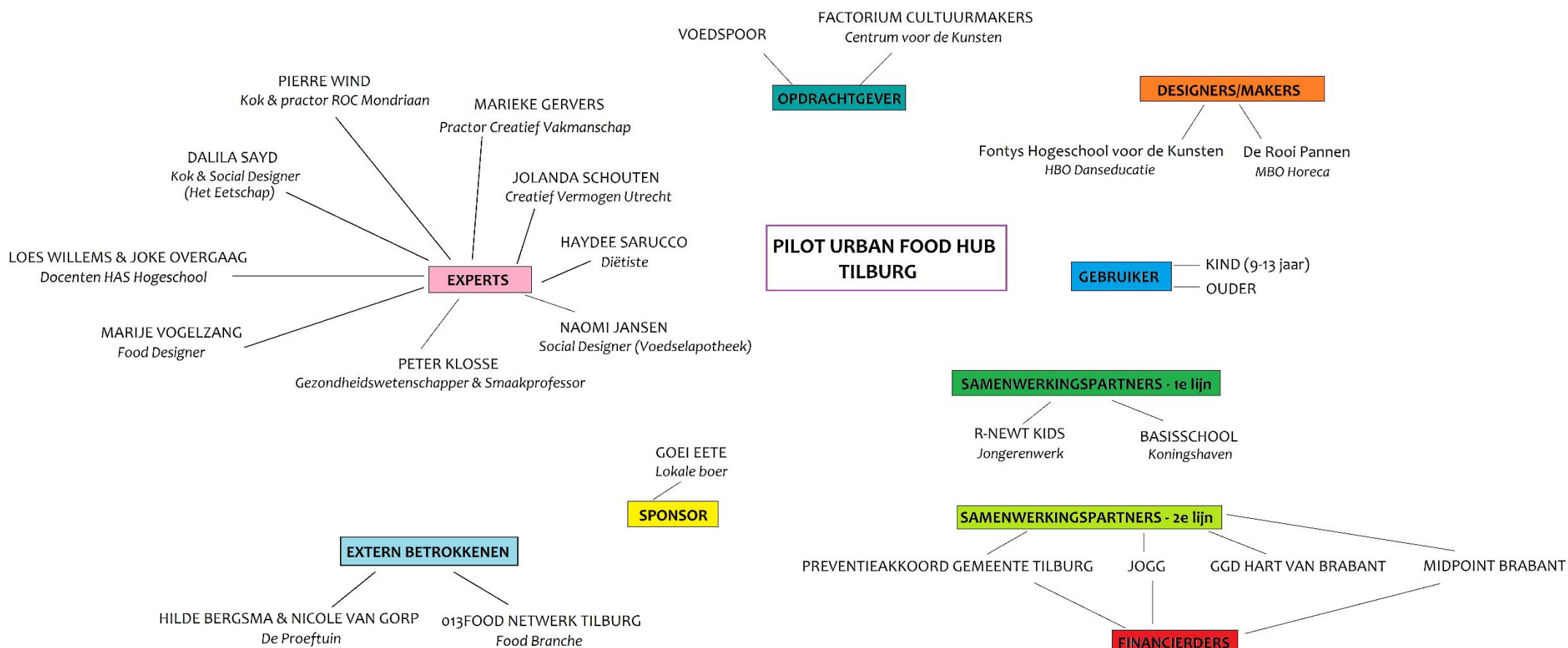
Stakeholders

- **Monique Aarts & Mijke van den Akker**, Basisschool Koningshaven, directie
- **Eelke Brummer, Emma Fitters, Niels Verhoeven & Tamara van Hees**, Basisschool Koningshaven, leerkrachten bovenbouw
- **Willem van de Voort**, R-Newt Kids, jongerenwerker
- **Dick Nieuwenhuis**, De Rooi Pannen – MBO Koksopleiding, directie
- **Pepijn Boer**, De Rooi Pannen – MBO Koksopleiding, docent
- **Carry van Bokhoven**, Fontys Academie voor Danseducatie – HBO Kunstvakopleiding, docent
- **Jacob van Hoek**, Gemeente Tilburg, Kwartiermaker Preventieakkoord
- **Esther Peters**, Gemeente Tilburg, Coördinator Jongeren Op Gezond Gewicht
- **Drs. Marieke Bootsma**, GGD Hart voor Brabant, Adviseur en (Team) Coördinator gezondheidsbevordering
- **Corné van Roessel**, Goei Eete Tilburg, eigenaar de Walhoeve Boerderijproducten
- **Hilde Bergsma & Nicole van Gorp**, De Proeftuin, ontwerpers maatschappelijk vastgoed
- **013Food**, netwerk Tilburg binnen de Food Branche
- **Midpoint Brabant Circulair**, financierder

Experts

- **Haydee Sarucco**, Voeding, sport en lifestylecoaching, sportdiëtise
- **Dalila Sayd**, Het Eetschap, Social Designer
- **Naomi Jansen**, De Voedselapotheek, Social Designer
- **Loes Willems & Joke Overgaag**, HAS Hogeschool – HBO Food Innovation, docenten
- **Pierre Wind**, ROC Mondriaan – MBO Koksopleiding, practor
- **Dr. Peter Klosse**, TASTE – De Academie voor Gastronomie, gezondheidswetenschapper en smaakprofessor
- **Marije Vogelzang**, Design Academy Eindhoven – HBO Food Non Food, directie
- **Jolanda Schouten**, Creatief Vermogen Utrecht, adviseur Cultuur Met Kwaliteit
- **Marieke Gervers**, Practoraat Creatief Vakmanschap, practor

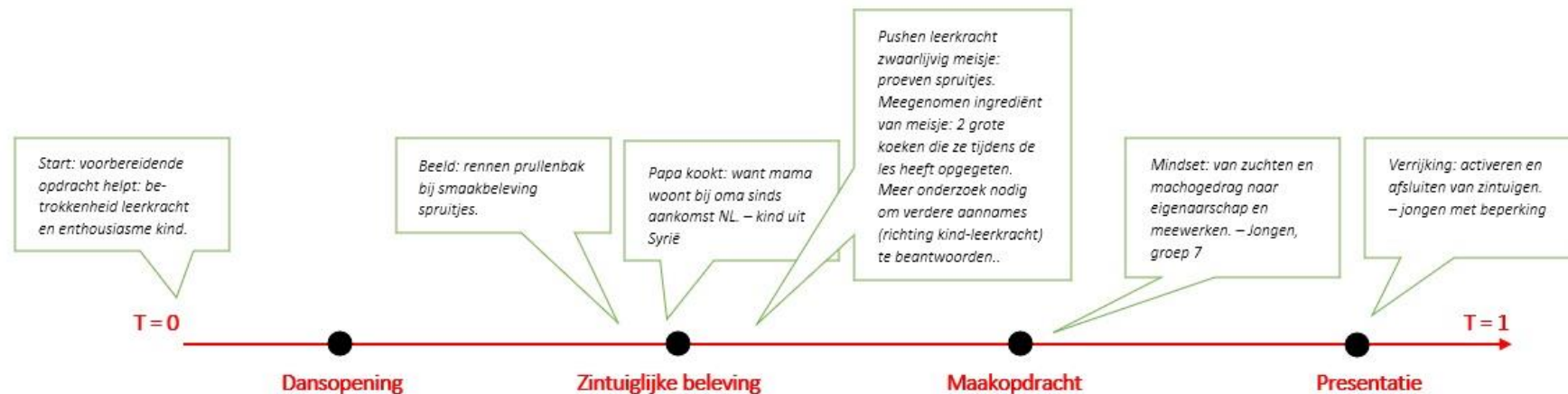
Bijlage 2: Stakeholdermap



Bijlage 3: Experience map

EXPERIENCE MAP: customer journey GROEP 6-7-8 (2 iteraties)

Succes door duidelijke kaders: datgene van jou en van de ontwerper mixen tot eigen creatie.



Ontwerpkansen

TEASER/OPENING:

- *'Modeshow': amuse = poortwachters met voedsel aan kleding
- *Pil 'genezend' (vb. granaatappel – Syrië)
- *Hans Klok: magie

FEEDBACK:

- *Lekker uitzien = lekker vinden
- *Weten hoe het proeft = weten of je het lekker vindt/wilt proberen >> oplossing: het 'niet lekkere' presenteren op nieuwe manier = opnieuw proberen
- *Smaakcoëfening (mening ~~vs~~ feit): mindfull, bewust eten = ritueel proefavond
- *Smaakpapillen actief aanspreken: signaal hersenen
- *Kleiner maken = langer genieten

TAAL:

- *Naam geven aan gerecht
- *Spelen met letters - lettergrepen (vb. BOAX/Pamapan)

OPMAAK BORD:

- *Tekenen/maken met eten zelf

CULTUUR:

- *Trotsheid
- *Feestdagen

BELEVINGSWERELD:

- *Gerecht & thematieken: pizza-toast-donut-shakes-soldaatje spelen

VOORDRACHT:

- *Gerecht presenteren – performatief/poëzie/gestures

Bijlage 4: Flyer smaakdagen

voor kinderen
van 9 t/m 13 jaar

Stichting VoedSpoor & R-NEWT KIDS organiseren

SMAAKDAGEN

Ben jij een echte **SMAAKMAKER**? Kom dan **6 WEKEN** lang met ons koken, spelen, proeven en ontdekken! Schrijf je snel in, want er zijn maar een beperkt aantal plaatsen.

DAG 1:	woe 23 februari	14u00-17u00
DAG 2:	woe 2 maart	14u00-17u00
DAG 3:	woe 9 maart	14u00-17u00
DAG 4:	woe 16 maart	14u00-17u00
DAG 5:	woe 23 maart	14u00-17u00
DAG 6:	woe 30 maart	14u00-18u30

(incl. proefavond voor ouders)

Locatie: Wijkcentrum Koningshaven;
Kruisvaardersstraat 32c, 5021 BE Tilburg

We verzamelen iedere week op het schoolplein van
Basisschool Koningshaven om 13u45.

Meer weten? Contacteer VoedSpoor via:
nele.vde@hotmail.com | 06-450 62625



DEELNAME = GRATIS

Scan hier om aan te melden



Bijlage 5: Lesinhoud van de smaakdagen

	KOK	KUNSTENAAR
W2	• Voorgerecht: ○ Kennisname over kookvaardigheden v/h kind	• Verhalen ophalen: ingrediënten kiezen voor belevingsmenu a.d.h.v. herinneringen • Performatieve werkvorm rondom gastvrijheid
W3	• Hoofdgerecht: ○ Snij- en kooktechnieken ○ Productkennis a.d.h.v. zintuiglijke oef.	• Dadaïstische menukaart schrijven + voordracht
W4	• Amuse + tussengerecht: ○ Snij- en kooktechnieken ○ Productkennis a.d.h.v. zintuiglijke oef. ○ Ritmisch koken op muziek	• Spelelementen onderzoeken tbv belevingsavond: ○ vijfkamp zintuigen carrousel ○ meditatie oefening met eten • Associatie- en fantasiespel rondom decor: ○ gelukssoep: wensen en complimentjes ○ voe(d)tspoor, zaalindeling, aankleding divers
Huiswerkopdracht: uitschrijven lievelingsgerecht voor de smaakbundel		
	KOK + KUNSTENAAR	
W5	• Dessert: ○ Snij- en kooktechnieken en productkennis ○ Flambeershow – ‘spelen met vuur’ • Spelelementen onderzoeken tbv belevingsavond: ○ Jamsessie op muziek: eerst met verf, later met eten –Jackson Pollock/Merce Cunningham	
W6	• Performatieve werkvorm rondom gastvrijheid/bediening: ○ Catwalk en voorstelronde kookbrigade – brainstorm characters, superpowers • Ontwerp van de Kook Kid/t en smaakbundel	

Bijlage 6: Schematische weergave van het prototype

CULINAIRE KUNSTBELEVING	
	Gastvrije ontvangst met voe(d)tspoor parcours
AMUSE	Vijfkamp zintuigen carrousel (Quiz – kennisvragen) 1. Zien: raad de producten – fotokaarten van eten 2. Horen: raad de geluiden – keukengeluiden 3. Voelen: raad de ingrediënten – kijkdoos met eten 4. Ruiken: raad de geuren – potjes kruiden 5. Proeven: amusehapje – zwevende komkommer aan de muur
	Catwalk: introductie van de kookbrigade
	Voordracht menukaart (amuse + voorgerecht)
VOORGERECHT	Soep 1. Waslijn met geluks-/complimentencroutons
TUSSENGERECHT	Bladerdeeghapje 1. Meditatie oefening: zintuiglijk onderzoek van het eten 2. Geursensatie i.c.m. blind proeven
	Voordracht menukaart (tussengerecht + hoofdgerecht)
HOOFGERECHT	DIY Pasta 1. Maaltijd nuttigen uit lievelingsbord 2. Ownership ingrediënten samenstellen en bordopmaak (compositie)
	Voordracht menukaart (dessert)
DESSERT	Interactief dessert op muziek 'Pollock & Cunningham-stijl' (samenstellen)
	Dansact met keukengerei
	Overhandigen Kook Kid/t, inclusief kookchallenge

Bijlage 7: Smaakmakers



Richelle



Fabienne



Desley



Chelsey



Liz



Nikki S



Zeynep



Ibrahim



Bram



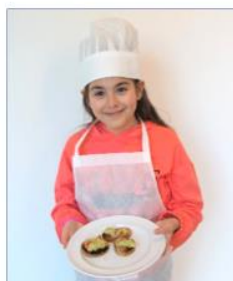
Summer



Moene



Marysia



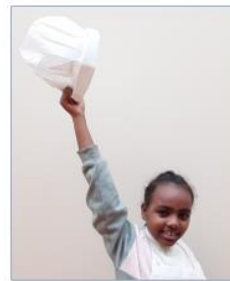
Ikra



Nikki V



Jannick



Yerusalem



Lieke



Lucas



Messi

Bijlage 8: Iteratierondes in de ontwerpfase en testfase

	Ontwerpfase module		Evaluatie en iteratie		Opbrengsten
W1	Workshop basisschool				
		1	- Self Determination Theory als leidraad voor werkwijze. ➤ autonomie, competentie, relatie, doel	→	- Succesfactoren: ○ Tactiel onderzoek en spelen ○ Zelf maken, samen maken ○ Associëren, deconstrueren ○ Duidelijke kaders scheppen ○ Presenteren als stimulerende factor
W2	Smaakdag 1				
		2	Literaire bronnen delen met kok en kunstenaar ter inspiratie van ontwikkeling menu en vormgeving proefavond: documentaire Chef's Table en boeken Food Design.	→	Kok en kunstenaar ontwikkelen samen het menu a.d.h.v. aangereikte ingrediënten van de kinderen. De kunstenaar denkt vanuit conceptueel, artistiek en scenografisch oogpunt na over mogelijke uitwerkingen in de belevingsavond. De kok geeft input vanuit textuur en opmaak. Deze concepten gaan ze onderzoeken met en bevragen bij de kinderen.
W3	Smaakdag 2				
		3	- Focus in de keuken gaat erg uit naar ambacht. Creativiteitsslag proberen maken. Inzicht vanuit reflectietool 'Diamantslijper' (<i>Creatief Vermogen Utrecht</i>). - Weinig koppeling tussen wat in keuken en zaal gebeurt.	→ →	- Andere benadering van productkennis: inzet van zintuiglijke oefening in de keuken. Andere benadering van snijtechniek: inzet van ritmiek en muziek tijdens het koken. - Kok en kunstenaar werken in eigen workshops aan dezelfde gangen (amuse en tussengerecht) zodat de transfer voor kind makkelijker kan worden gemaakt. Kunstenaar neemt daarbij eten mee in de eigen workshop als materiaal.
W4	Smaakdag 3				
		4	Onderzoek om disciplines van kok en kunstenaar sterker tot elkaar te brengen middels inzet	→	Kind, kok en kunstenaar komen zichtbaar meer tot elkaar tijdens de vervolgworkshop. Tijdens het reflectiegesprek wordt dit letterlijk benoemd, na inzet van de voorbereide werkvorm (connecting

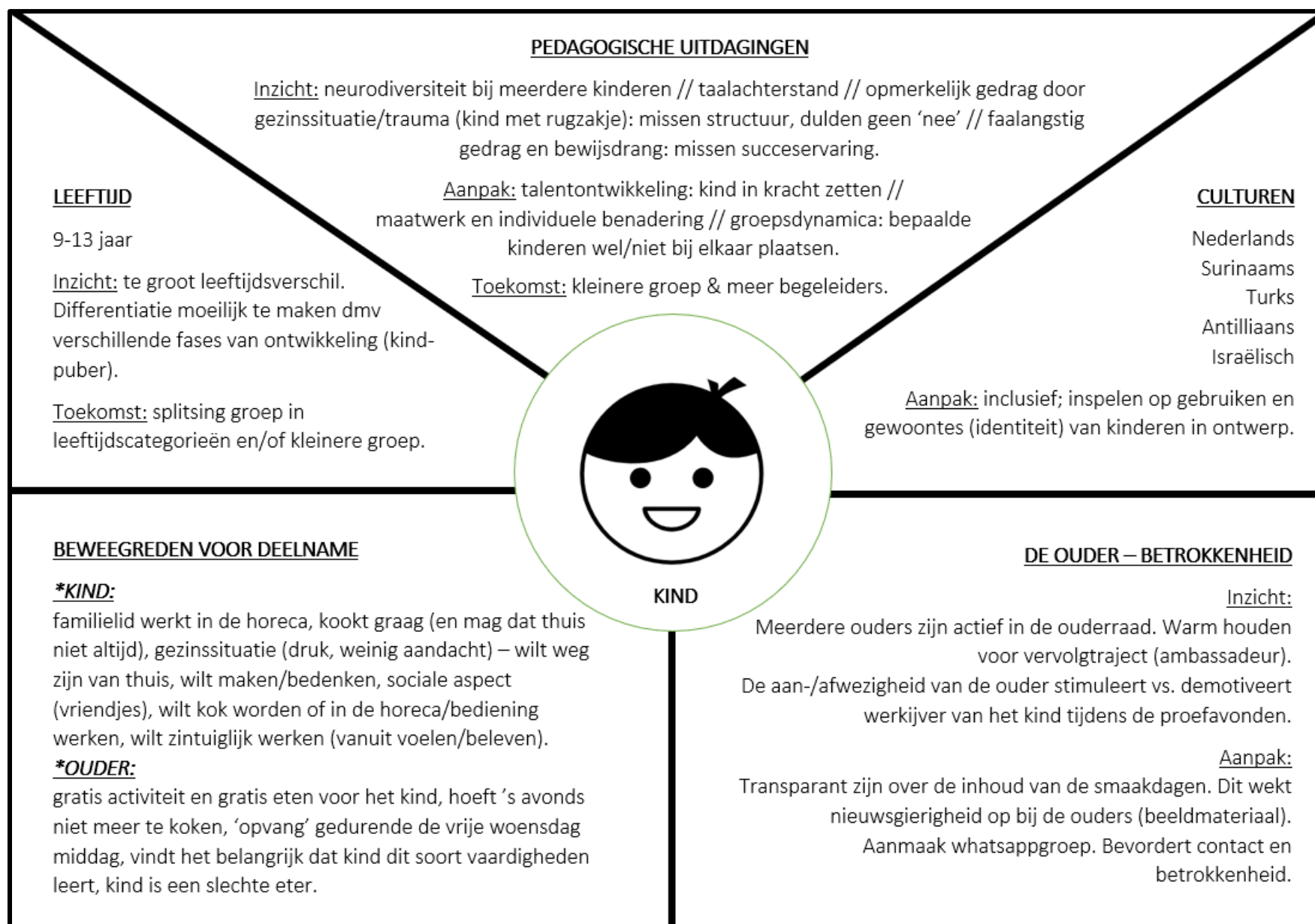
			van Connecting Conversations (<i>Muzische werkvorm – Bart van Rosmalen</i>). • Keuze voor een andere ruimte waar kok en kunstenaar gezamenlijk kunnen werken met de hele groep. • Concretisering prototype met kok en kunstenaar vanuit het MDA-canvas.	→ • Kinderen doorvoelen de wijze waarop koken en kunst tot elkaar komen middels de jamsessie. Kok neemt positie in tijdens deze jamsessie en ervaart eveneens de kracht van performatief onderzoek.	→ • Sterk bewustzijn bij de designers over het beoogde doel/gewenste resultaat en gedrag tijdens de proefavonden. Vanuit deze focus worden de vervolgsessies vormgegeven. De kinderen worden eveneens meegenomen in dit proces door hen zelf ook een visualisatie te laten maken van de proefavond (préja vu).
W5	Smaakdag 4				
		5	• Inzet van epistemic framework en charactersheet (superpowers) als leidraad voor werkwijze. • Kok en kunstenaar werken samen in één ruimte.	→ • Toebedeling rol van de kok tijdens dansinterventie (catwalk). Kok wordt 'jurylid'. Eveneens onderzoeken en bevragen kinderen hun rol en superpowers binnen de kookbrigade.	→ • Ongevraagd stapt de kok in het exploratieproces van de kinderen en begeleidt mee het dansmaakproces.
W6	Smaakdag 5				

	Testfase prototype		Evaluatie en iteratie		Opbrengsten
W7	Proefavond 1				
		6	• Vrijwel alle taken in de keuken zijn klaar na de voorbereiding. Dit zorgt voor een leegte in het avondprogramma van de kinderen.	→ • Uitwisseling tussen kok en kunstenaar over thema gastvrijheid en bediening. Kunstenaar exploreert al dansend met de kinderen rondom dit thema. Samen maken ze korte dansacts die worden toegevoegd aan het avondprogramma.	
W8	Proefavond 2				

Bijlage 9: N=1-waardenkaarten

Concepten	Observatie doelgroep	Actie
Neurodiversiteit	Herkenbaar gedrag bij kinderen; druk, nieuwsgierig, veel vragen stellen, ...	Podium voor het 'anders' zijn Persoonlijke aanpak Geduld Weinig praten – veel doen Uitdagen
Docent als rolmodel	Deze doelgroep vraagt een stevige docent. Opkijken naar koks en kunstenaar; karakter 'hero'.	Ingrijpen tijdens de les Sturing stagiaires Veiligheid scheppen Grenzen stellen Geloof in de mens Gekte
Respect	Pestgedrag Buitensluiten Erbij willen horen	Achterliggende gedrag onderzoeken; twee kanten van het verhaal Kind apart aanspreken
Buitenlander (vluchteling)	Taalachterstand	Aandacht voor cultuur en identiteit en inclusiviteit in ontwerp
Kansenongelijkheid	De doelgroep zelf	Talentontwikkeling Kansen geven o.b.v. behoefte
De ouder	Wel/niet betrokken bij activiteit kind.	Actief betrekken bij ontwerpweken
Liefde (K + K)	Verwondering Droom: Lucas & Messi: 'ik wil later kok worden'	Relatie tot deelname activiteit bespreken met kinderen Stimuleren Onderzoek synergie K + K met stagiaires
Artiest	Catwalk & slotact: danskoks	Applaus en stimulering
Intrinsiek gemotiveerd	Zorgzaam Durf Hard werken Nablijven Zelfstandigheid	Rolverdeling proefavonden Extra verantwoordelijkheden toebedelen
Maken & spelen	Plezier Eigenaarschap	Bottom-up bedenken Samenwerken
Onderschat worden	"Luie" houding Desley vs. leergierigheid en betrokkenheid	Eigen inzicht t.o.v. gevormde mensbeeld en vooroordeel.
Wijzende vinger & Knijpende hand	Chaos Dichtklappen – niet meer meedoen	Duim gemeend omhoog & Open hand
Oog voor het onverwachte (bijvangst) 	Komkommer 'verkeerd' snijden Magie met lepel Dansend afwassen "Kleine hap = lang genieten" Modeshow ...	Ontvangen en inspelen op wat zich toedient t.b.v. spelontwerp: -aanspreken kok op reactie kind -aanspreken kunstenaar op inspelen ideeën

Bijlage 10: Persona doelgroep (kind)



Bijlage 11: Connecting conversations (Muzische werkvorm – Bart van Rosmalen)

Onderzoek overeenkomsten en verschillen in **ambacht en ervaring** van jullie vak.

- Neem een ander beroep en omschrijf wat overeenkomt en verschilt tussen dat beroep en jouw beroep. (5 elementen // ambacht en ervaring)
- Zelfde, maar nu met elkaars beroep: R vs. F (5 elementen // ambacht en ervaring)
 - Kies 2 elementen en zoek voorwerp in de ruimte die dat belichaamt: Verschil en Overeenkomst
 - Bespreken elkaars V en O (adhv voorwerp)

bedspace zoom meeting 14-03 @14:00

Beroep: makelaar

Overeenkomst	Verschil
1. communicatie met mensen	1. Tussenpersoon
2. ondernemend	2. onderhandelen
3. sprekende functie	3. zakelijke kant
4. zelfstandig	4. zakelijke kant
5.	5.

Beroep / persoon: kok / Rachel

Overeenkomst	Verschil
1. diverse elementen	1. vaste recepten?
2. diverse elementen tot een geheel brengen	2. Afhankelijk van team??
3. creatief	
4. communicatie	

Overeenkomst	Verschil
* veel mensen contact	* andere andere tijden
* hard werken	* andere producten
* netjes werken	* altijd een andere plek
* afhankelijk van leveranciers	

Overeenkomst	Felicia verschil
* creativiteit	* zitten & juist bewegen
* veel mensen contact	* andere werktijden
* denken "voor en na"	* veel plekken
* laten genieten	
* laten denken?	
* veel verschillende planten/bomen	

stapel

V + O (Felicia)

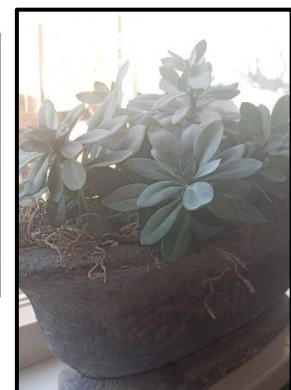
*O: Vaasje: Elementen tot geheel brengen: creativiteit en communicatie (teamverband vs doelgroep)

*V: Autosleutel: afhankelijk van je team – binnen de kaders / als docent meer vrijheid in je les

V + O (Rachel)

O: Planten/bloemen: Sfeer met gerecht en dans neerzetten: ervaring eet- en dansbeleving. Je kunt mensen aan het denken zetten (met eten en met dans).

V: Stoel: stilzitten vs bewegen.



- Eerste beroep: Waarom? Wat zegt dat over jou? Waarden van de designers.

>> Rachel: schilder: in huis bezig geweest. Overeenkomst met wat we doen: netjes werken, expressie.

>> Felicia: makelaar: sprekende functie – tussenpersoon / communicatie.

Vervolgreflectie tussen kind, kok en kunstenaar

Waar zijn overeenkomsten aanwezig geweest en waar zouden we deze overeenkomsten nog meer kunnen opzoeken in de komende 2 sessies?

Overeenkomsten bij K en K smaakdag 1 t/m 3	Verdieping overeenkomsten bij K en K smaakdag 4 & 5
Felicia • Met bewustzijn en aandacht de focus ergens op richten. • Diverse taken/onderdelen laten komen tot een geheel. • Samenwerking en communicatie.	• Omdat we de komende 2 sessies in één gezamenlijke plek zijn, is er meer ruimte voor sharing/uitwisseling tussen de twee delen. • Nog meer de aandacht richten op waarom we doen wat we doen. Dan gaan de kids het hopelijk ook meer als een geheel zien. • In het begin gezamenlijk moment nemen om al te delen wat we gaan doen en hoe de twee onderdelen elkaar aanvullen? Dan kan dit op het eind ook weer teruggekoppeld worden.
Rachel Ik denk dat de overeenkomsten liggen op het vlak van beleving en ervaring. We geven de kids allebei een hele andere ervaring en blik op bepaalde dingen. Ze zijn anders naar het maken gaan kijken dan het beeld dat ze hadden toen ze binnen kwamen. De eerste workshop kreeg ik reacties die leken op: Ik sta liever in de keuken. Ik ga daar toch niet staan dansen bij al die kinderen. Nu krijg ik reacties over het maakdeel dat ze het echt heel gaaf vinden en dat ze al wel een beetje een beeld krijgen van wat ze met de proefavonden gaan doen en maken. Dat vind ik echt heel leuk om te zien.	Ik denk dat we de overeenkomsten nog verder kunnen zoeken als de kinderen het als een geheel gaan zien. Als ze echt gaan zien hoe de zaal eruit gaat zien.
Kinderen • Esthetiek • Kruiden leren kennen/ervaren • Inzoomen op eten • Proeven • Presentatie • Dansbeweging • Technieken	

Bijlage 12: Reflectietool – Theorie van de Diamant (Creatief Vermogen Utrecht)

De negen essentiële gebieden van creativiteitsontwikkeling, weergegeven binnen de diamant

<u>Creëren</u> -creatief doen -creatief denken -verbeeldingskracht tonen	<u>Creëren ondersteunen</u> -ambachtelijkheid tonen -jezelf aansturen -samenwerken -omgevingsgerichtheid	<u>Creatieve proces veranderen en verdiepen</u> -op jezelf reflecteren -je creatieve proces doorgronden
---	--	---

Stralen die hoofdzakelijk aan bod kwamen

	Ontwerpfase module		
W1	Workshop basisschool	KOK + KUNSTENAAR creatief doen creatief denken verbeeldingskracht tonen ambachtelijkheid tonen samenwerken Plenaire afsluiting: op jezelf reflecteren	
W2	Smaakdag 1	KOK creatief doen ambachtelijkheid tonen <i>samenwerken</i>	KUNSTENAAR creatief doen creatief denken verbeeldingskracht tonen
		Plenaire afsluiting: op jezelf reflecteren	
W3	Smaakdag 2	KOK creatief doen ambachtelijkheid tonen <i>samenwerken</i>	KUNSTENAAR creatief doen creatief denken verbeeldingskracht tonen samenwerken
		Plenaire afsluiting: op jezelf reflecteren	
W4	Smaakdag 3	KOK creatief doen ambachtelijkheid tonen <i>samenwerken</i>	KUNSTENAAR creatief doen creatief denken verbeeldingskracht tonen
		Plenaire afsluiting: op jezelf reflecteren	
W5	Smaakdag 4	KOK + KUNSTENAAR creatief doen creatief denken verbeeldingskracht tonen ambachtelijkheid tonen samenwerken Plenaire afsluiting: op jezelf reflecteren	
W6	Smaakdag 5	KOK + KUNSTENAAR creatief doen creatief denken verbeeldingskracht tonen ambachtelijkheid tonen samenwerken Plenaire afsluiting: op jezelf reflecteren	

Observatie: de kok mist skills om de verbeeldingskracht van het kind te stimuleren. Het samenwerken tussen kinderen gaat veelal vanuit top-down sturing van de kok. De ontwikkeling van vaardigheden van de kok vragen aandacht om meer autonomie weg te leggen bij de kinderen.

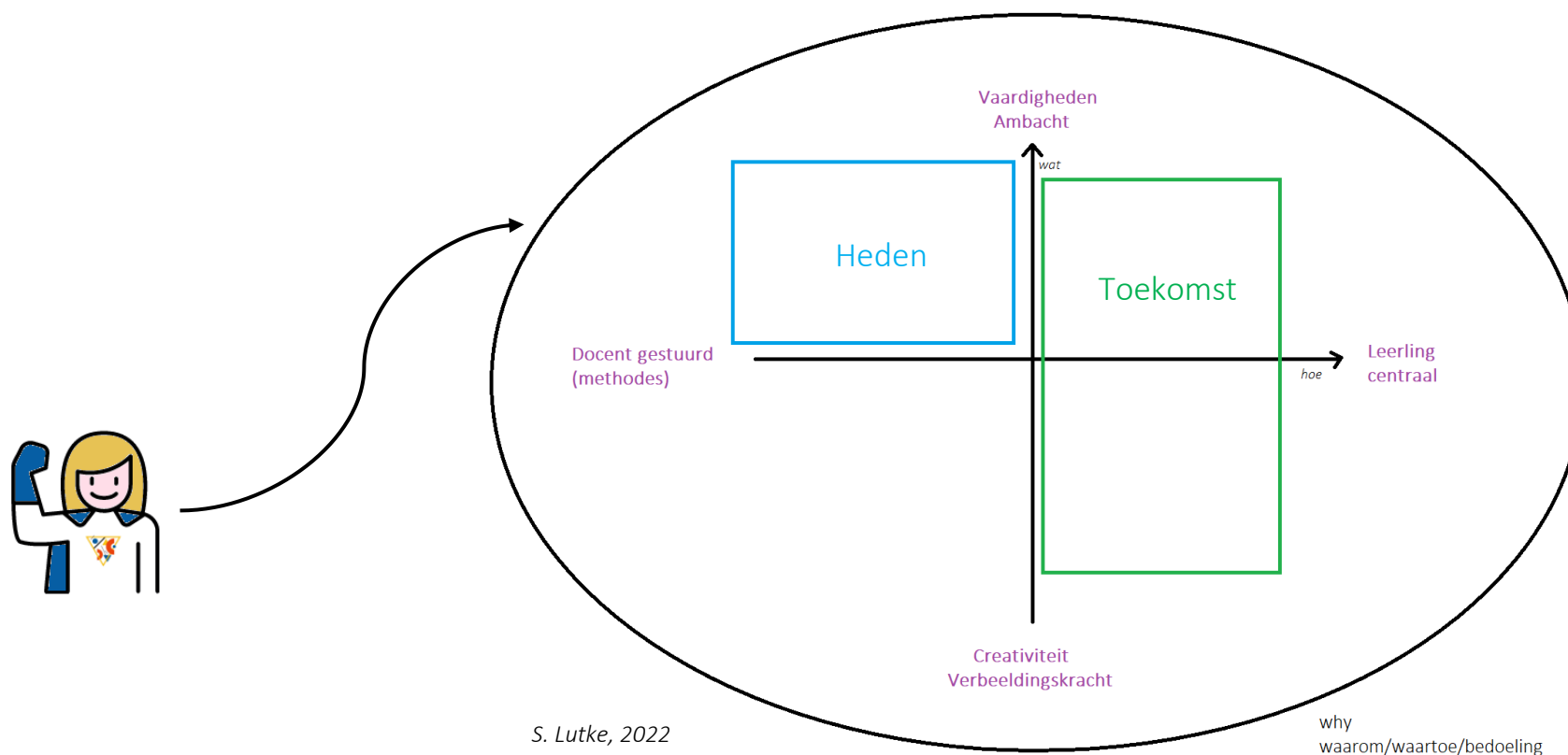
Bijlage 13: Evaluatietool – Interactief tafelkleed



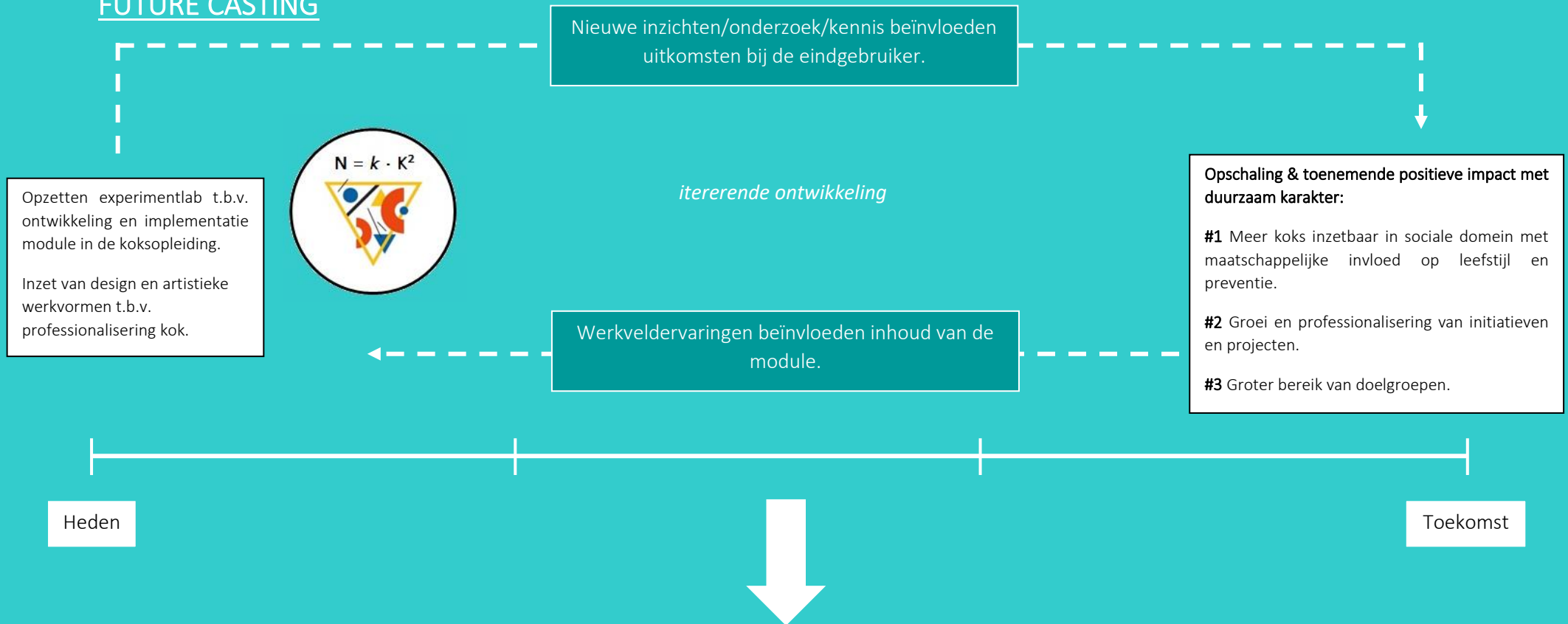
Bijlage 14: Waardepropositie: onderwijsinnovatie – emancipatie van de kok

Er is een niche geconstateerd voor de kok van de toekomst. Een nieuw werkveld en vakgebied die om creatief ingestelde personen vraagt; die buiten de kaders kunnen denken, die de wereld beter willen maken met eten, die goed eten kunnen samenstellen. Er zijn creatieve, kunstzinnige interventies nodig in de koksopleiding om deze kok van de toekomst op te leiden.

Heden	Toekomst
Benadering vanuit ambacht	Benadering vanuit creativiteit en verbeelding
Focus op smaaksensatie	Focus op de herinnering en de beleving
Top down werken	Bottom-up werken
Positie in de keuken	Positie uit de keuken; verbreding vakgebied, verantwoordelijkheid in sociale domein
Autonoom	Toegepast
Mechanistisch mensbeeld	Spelend mensbeeld



FUTURE CASTING



Toenemende kans op gedragsverandering door kennistoename en continuïteit bij de eindgebruiker.

Bijlage 15: Competentieprofiel 'de Nele kok' // The social culinarian – applied cooking

Analyse van de bekwaamheidseisen van de kok.

Dit competentieprofiel is tot stand gekomen vanuit observatie gedurende het procesverloop met de kok en de kunstenaar; *wat werkte goed, waarom werkte dat goed?, wat ontbrak en moet volgende keer worden meegenomen?* Verder werd vanuit zelfreflectie onderzocht wat ik zelf doe als vakspecialist en hoe ik het als gebruiker zou willen (N=1=IK). Dit competentieprofiel werd neergelegd bij de designers en andere stakeholders en experts in het werkveld en op basis van feedback geïtereerd.

PROFIEL STUDENT KOK (MBO)
*Transdisciplinair samenwerken (ontwerp en uitvoering) *Human-centered ontwerpen – design thinking gedachte (bottom-up, co-creërend): <i>voor wie kook ik en waarom kook ik?</i> *Communicatief vaardig *Omgevingsgerichtheid (sociaal-maatschappelijk betrokken) *Openheid, gevoeligheid en nieuwsgierigheid voor andere kunst disciplines *Inlevingsvermogen *Affiniteit met uiteenlopende doelgroepen *Kunnen en willen werken in verschillende contexten (zorg, onderwijs, wijk) *Vanuit SDG('s) een les/activiteit/interventie ontwikkelen *Improviserend vermogen (flexibiliteit); om kunnen gaan met vrije, onvoorspelbare situatie *Creatief denken ipv zuiver vanuit de eigen discipline: eigen vak loslaten en over de grenzen heen denken *Onderzoekende houding – reflectief vermogen *Begeleiden van de doelgroep: creativiteit ontlokken *Didactische en pedagogische basisvaardigheden *Ludodidactische aanpak *Proactief *Stressbestendig *Vakmanschap (ambacht) willen inzetten (en overdragen) tbv maatschappelijk vraagstuk/doel *Basiskennis over gezondheid en duurzaamheid tbv uitdagingen binnen het voedsellandschap *Sensoriek ontwikkeling *Visievorming rondom inclusiviteit en diversiteit → Bewerkstelligen middels inzet van oa. Creatieve en kunstzinnige werkvormen en Creative Confidence Methode (D. Kelley & T. Kelley)

Bijlage 16: Globaal beeld van de module inhoud

Voorstel De Rooi Pannen, Tilburg

Stap 1:

Teasen van de studenten. Verzorgen van een presentatieronde 'good practices' voor studenten door studenten (Rachel, Sjors en Sanne). Hierin wordt het project in de wijk Fatima gepresenteerd. Presentatie wordt gecombineerd met een interactieve werkvorm waarin de student een eerste kennismaking krijgt met de crossover tussen kunst en koken en bijkomend data wordt opgehaald over: *wanneer zou je wel/niet willen meedoen?*

Vervolgens pitchten van projectweek waar studenten allen aan deelnemen (vast curriculum).

Stap 2:

Korte verplichte module (thema- of projectweek/dagactiviteit) voor iedereen: kunstenaar en kok treden samen het werkveld in en gaan een transdisciplinaire samenwerking/experiment aan. Context (maatschappelijk thema en doelgroep) kan heel breed en uiteenlopend zijn per werkgroepje. Ervaren docent sluit hierbij aan (mentoraat). Naderhand terugkoppeling op school: welke vaardigheden had je allemaal nodig?

>> aandacht voor thema's/begrippen: burgerschap (verplichting als mens en ontwikkeling mensbeelden), participatie, SDG's, sociaal maatschappelijke betrokkenheid, transdisciplinariteit

>> voorbereiding wordt al vanuit transdisciplinaire samenwerking ontworpen

>> focus op gelijkwaardigheid tussen koksstudent en kunstvakstudent

>> focus op kunst als verrijking voor artistieke van de kok zelf, maar ook voor de beleving van de gebruiker

Doelen: Transdisciplinair samenwerken en maatschappelijk thema bevragen.
Wereld van de ander ERVAREN en VOELEN en ZIEN.
Tussenruimte ontdekken in het creatieve proces, samen met de ander.
Meerwaarde van het eigen vakmanschap inzien binnen een andere leersituatie.

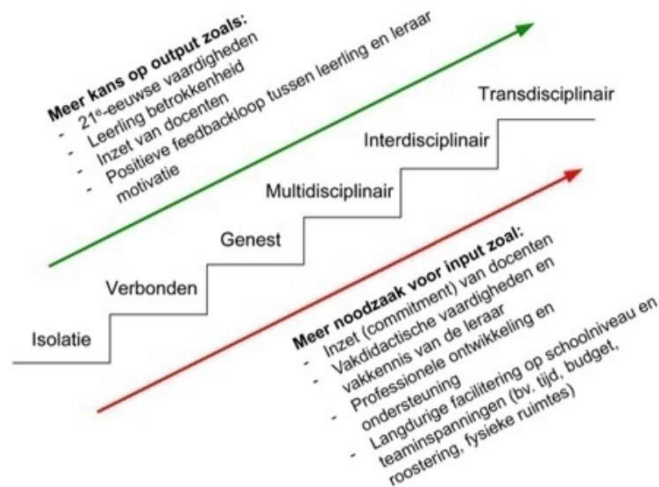
Stap 3:

Keuzemodule voor wie verdieping wenst op voorgaande ervaring: werkervaring verder opdoen middels maatschappelijke stage (langere duur: enkele maanden). Keuze van de context kan daarin vrij zijn. Ontwikkeling wordt verder begeleid door werkveldbegeleider.

Doel: verdieping op vaardigheden en deze middels een maatschappelijke stage meer eigen maken.

Nota: behoefte naar extra certificaat/diploma bij het vervullen van deze stage (stap 3).

Bijlage 17: Onderzoek naar vakintegratie in het MBO



Figuur: vormen van integratie oplopend in complexiteit en gekoppeld aan verwachte output en benodigde input (gebaseerd op Rens Gresnigt, 2018)

Willen we echt komen tot implementatie van een vakintegratief transdisciplinair curriculum, waar meer plek ontstaat voor ontwerpgericht onderwijs, gamebased learning en onderzoekend leren, zal een herziening van diverse componenten van het curriculum en de toetsing nodig zijn.

Eveneens zal de begeleidende rol van de leraar cruciaal zijn voor het succes van het leerproces van de student. De competenties die docenten nodig hebben wanneer grenzen tussen vakken vervagen en bredere thema's en leergebieden het curriculum gaan vormen, zijn:

1. *Enthousiasme en zelfvertrouwen (self-efficacy)*
2. *Curriculumdeskundigheid*
3. *Kennis over vakintegratie*
4. *Inhoudelijke vakkennis*
5. *Vakdidactische kennis*
6. *Het sociale aspect van leren begeleiden*
7. *Monitoren van de conceptuele ontwikkeling van studenten*
8. *Samenwerking op school*

Zulke inhoudelijke keuzes ligt buitenom de taak van de regisserend ontwerper, maar deze kan de instelling hier wel in adviseren.

Over de auteur

Nele is projectregisseur, choreograaf, docent, onderzoeker, food designer, coach, ondernemer, kok, triatleet, ... Wie en wat is Nele eigenlijk niet? Grote kans ook dat ze zichzelf nog tig keer zal heruitvinden.

Het allerbelangrijkste is: Nele is een creatieve duizendpoot die haar kunstenaarschap en creatieve denkkraft inzet om impactvolle veranderingen te ontwerpen voor de problemen van morgen. Dat doet ze niet alleen, maar in co-creatie met anderen. Maatschappelijke thema's waaronder gezondheid, onderwijs, inclusie & diversiteit en vrouwenrechten staan hoog op haar prioriteitenlijst. Momenteel zet Nele haar tanden in het voedselvraagstuk rondom 'voeding en gezondheid'. Middels een crossover leermethode op het snijvlak van kunst, spel en gastronomie tracht zij koks meer maatschappelijke invloed te laten uitoefenen op leefstijl en preventie in het sociale domein.

Nele studeerde in 2015 *cum laude* af aan de Fontys Academie voor Danseducatie, Tilburg. In 2021 behaalde zij haar certificaat tot Food Designer vanuit een verkorte opleiding onder leiding van Marije Vogelzang (ondersteund door de Academy of Design Eindhoven 'Food Non Food'). Verder volgde zij een basistraining in systemisch werken: organisatie- en familieopstellingen (NLP, Persoonlijk Leiderschap en Innerlijk Kindwerk) aan de Ynnergy Academy waarvoor ze haar startbekwaamheid als practitioner behaalde in 2022. Datzelfde jaar voltooit ze eveneens de Masteropleiding Crossover Creativity aan de Hogeschool voor de Kunsten, Utrecht.

Nele is een echt mensenmens. Vanuit empathie en Vlaamse charme weet zij anderen aan haar te binden en in beweging te brengen. Kunst is daarin haar instrument om diegene mee te voeren, vanuit het lijf, vanuit de geest.



Dans het leven!

nele.vde@hotmail.com

06-450 62625

www.nelevandeneede.nl

