

Thuisopdracht.

Als u wilt (niet verplicht) kunt u voorafgaand aan de workshop het volgende doen:

Zoek een ding in huis dat u fijn vindt om te gebruiken omdat het u helpt in het dagelijks leven.

U mag het ding meenemen, of er een foto van maken met de smartphone, en die meenemen.

Hieronder volgt een toelichting die u op weg kan helpen.

Toelichting:

Wat bedoelen we met ‘Een ding in huis’? Dit kan van alles zijn. Het kan groot zijn (een meubelstuk), klein (een kurkentrekker) of digitaal (een handige *App*). Het kan huishoudelijk zijn, voor de vrije tijd, of administratief, of nog iets anders. Het mag ook iets zijn dat u bij u draagt (ook buitenshuis), zoals uw bril, of een handige tas.

Om u op weg te helpen kunt u aan de volgende *soorten* dingen denken:

- **Denk-dingen (Cognitie).** Dit zijn spullen, materialen en producten, fysiek of digitaal, die helpen met bedenken, organiseren, plannen en onthouden. Voorbeelden zijn: “De digitale kalender van Microsoft Outlook”. “De papieren schoolagenda van de Bruna”. Het prikbord van IKEA. De takenlijst-app met de naam “*Todoist*”. Een schrift waarin u verhalen schrijft. U zult al snel denken aan “smartphone”, maar dat is te algemeen. Kiest u dan a.u.b. één specifieke app uit.
- **Stress-reductie dingen (Emotie).** Dit zijn spullen, producten of applicaties die helpen om oplopende spanning te herkennen, niet in paniek te raken, of weer tot rust te komen. Voorbeelden zijn: Klassieke muziek. Of juist: ‘Death Metal’ muziek. Een geluidsdichte donkere kamer. Een familielid. De hond. Uw kussen. Uw winterjas.
- **Doe-dingen (Actie)** Dit zijn dingen die u in praktische zin helpen om iets voor elkaar te krijgen. De meeste gereedschappen en huishoudelijke producten vallen hieronder. Voorbeelden zijn: Een handige bezem, een fijne schroevendraaier, het rubberen trekkertje in de douche. Het koffiezetapparaat. De programmeerbare huisthermostaat.
- **Andere nuttige dingen (Overig).** Hierboven staan maar twee soorten dingen. Wellicht zijn ze relevant voor u. Maar misschien ook niet. Er zijn ongetwijfeld andere soorten dingen in uw huis die voor u juist belangrijk zijn. Wellicht heeft u al direct een idee van een heel anders soort ding, dat voor uw van grote waarde is in het dagelijks leven?

Tenslotte: u heeft nu nagedacht over dingen die u *fijn* vindt. Maar we hebben in ons huis ook vaak dingen die we moeten gebruiken omdat we ze nodig hebben, maar die eigenlijk **niet** fijn zijn. Een digitale applicatie die erg ongebruiksvriendelijk is, bijvoorbeeld. Of een koelkast die een nare piep geeft, maar die u niet gemakkelijk kunt vervangen. U mag ook hiervan een voorbeeld zoeken in huis en een foto ervan meenemen.

Ik kijk er naar uit u te ontmoeten op onze workshop Design your Life op Autminds!

Jelle van Dijk, Universiteit Twente.



Plaatje: Een 'denk-ding'. Het hartje aan mijn sleutelbos, zodat ik snel kan herkennen dat het *mijn* sleutelbos is. Het is ook een 'stress-reductie' ding, want ik kreeg het van mijn vrouw op een vakantie waar ik positieve herinneringen aan heb.