



FLUX: meer ontspanning en creativiteit in je werk

Acht minuten afgesloten zijn van de buitenwereld, even geen externe prikkels en je gedachten de vrije loop kunnen laten gaan. Medewerkers van Centraal Beheer deden mee aan een onderzoek naar het effect van de FLUX op creativiteit en het loslaten van spanning.

Innovatie op de werkvloer

De FLUX is een verlichte ruimte zonder auditieve en visuele prikkels. Dat zorgt ervoor dat je acht minuten lang geen nieuwe informatie krijgt tijdens je verblijf in de FLUX. Dat ontspant en geeft ruimte in je hoofd. En dat stimuleert creatief denken.

In het onderzoek vertelden de medewerkers van Centraal Beheer 30% minder spanning te ervaren na het verblijf in de FLUX. Daarnaast blijkt uit het veldonderzoek een toename van 65% meer creativiteit na een sessie in de FLUX.

Lekker werken door de FLUX

Meer ontspanning en creativiteit dragen bij aan lekker werken. Bij Centraal Beheer hoorden wij dit regelmatig:

“Ik mediteer regelmatig wat mij niet altijd even gemakkelijk afgaat. In de FLUX hoef je niets te doen, ontspanning komt vanzelf”.

“Er kwamen allerlei gedachten naar boven die ik als prettig heb ervaren. Door afstand te nemen, met een helicopterview, vielen de puzzelstukjes in elkaar.”

Organisaties en bedrijven kunnen de FLUX huren zodat hun medewerkers de effecten ervan kunnen ervaren.

Over de maker

Koen Steger (Studio Koen Steger) ontwikkelde de FLUX. Hij is gefascineerd door het effect van licht, geluid en ruimte op het brein. In 2015 ontwierp hij de installatie Hypnagogia. Daarmee gaf hij ruimtelijk en inhoudelijk vorm aan een droombeeld van een oneindige kleurenruimte. Het was een project waarin design, technologie en wetenschap samenkwamen. Onder andere door samen te werken met Joanne van Sloten, PhD aan de afdeling Neurologie van de VU Amsterdam.

De vele positieve reacties van de bezoekers leidden tot een verdere stap: de FLUX. Nu ontwikkelt Steger de FLUX 2.0 waarin de evaluatiepunten uit het onderzoek bij Centraal Beheer worden meegenomen.

Ook
een keer
FLUXEN?

Wilt u uw medewerkers ontspanning en creativiteit tijdens hun werkdag laten ervaren? Of bent u nieuwsgierig naar het ontstaan van de FLUX? Neem contact op met Astrid van Hest: astrid@astridvanhest.nl of 06 868 22 858.



STUDIO
KOEN
STEGER