

JEUGD, NATUUR EN DUURZAAM AMERSFOORT

Dit verhaal gaat over de samenhang tussen zorg voor kinderen en zorg voor de aarde. Beide – de kinderen en de aarde – zijn aan ons toevertrouwd. En zoals we nog zullen zien liggen zorg voor kinderen en zorg voor de aarde in elkaars verlengde. 'Duurzame ontwikkeling' is resultaat van deze zorg.

Bij de presentatie speelden beelden van kinderen en plekken een belangrijke rol. Deze 'kale' tekst moet het helaas zonder beelden doen. Het verhaal is opgebouwd rond enkele stellingen. Er wordt beperkt verwezen naar andere – en gemakkelijk toegankelijke - bronnen via de nummers tussen haken.

Van 'kinderen voor natuur' naar 'natuur voor kinderen'

Wat de relatie 'kind – natuur' betreft hebben we heel lang de nadruk gelegd op wat je kortweg 'kinderen voor natuur' kunt noemen: activiteiten die de betrokkenheid van kinderen bij de natuur stimuleren, met als gewenst resultaat: zorg voor natuur. Natuur- en milieueducatie (NME) dus. Maar je kunt het ook omdraaien. Ik poneer daarom de stelling:

Stelling 1

Frequent contact met natuur is cruciaal voor een gezonde ontwikkeling van kinderen

Dit gezichtspunt is te omschrijven als 'natuur voor kinderen'. Deze accentverschuiving is sterk beïnvloed door het onderzoek naar de relatie tussen natuur en gezondheid. Het gaat daarbij om het steeds beter door wetenschappelijk onderzoek onderbouwde inzicht dat velen allang hadden: 'Van buiten word je beter' [1]. Het advies 'Natuur en Gezondheid' van de Gezondheidsraad, e.a. uit 2004 heeft daarbij een belangrijke rol gespeeld [1]. Regelmatig contact met de natuur heeft positieve effecten op de volgende gebieden:

- Herstel van stress en aandachtsmoeheid
- Stimuleren van bewegen
- Vergemakkelijken sociale contacten
- Positieve invloed op ontwikkeling kinderen
- Positieve invloed op persoonlijke ontwikkeling en zingeving

Na 2004 is de aandacht voor dit thema in ons land verdergegaan, ten dele onder namen als 'Vitamine G' en 'Natuur als kuur' (met name door onderzoeksinstituut Alterra), onder andere leidend tot beleidsadviezen [2].

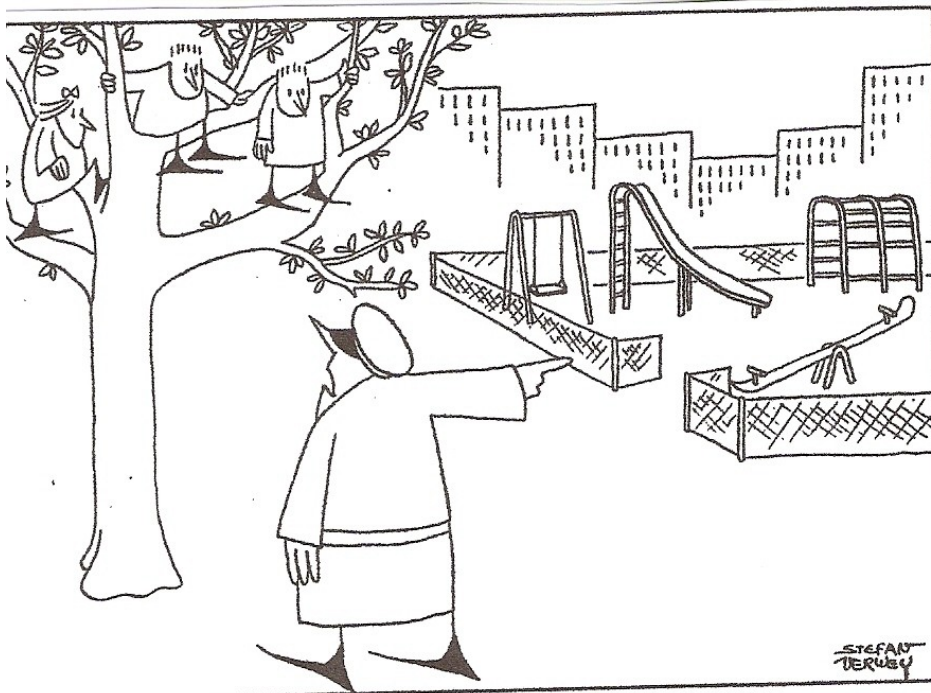
Wij concentreren ons nu op de positieve invloed op welzijn en ontwikkeling van kinderen, in het bijzonder wat betreft het stimuleren van bewegen, de ontwikkeling van de creativiteit,

ontmoetingen met planten en dieren - groei en ontwikkeling – seizoenveranderingen en tenslotte op een gevoel van vertrouwdheid en geborgenheid: natuur als 'refugium' [3]

Bewegingsstimulansen

Dit thema is actueler dan ooit, omdat bewegingsarmoede onder andere leidt tot overgewicht, wat weer kan leiden tot allerlei ziekten, met name suikerziekte. Kinderen leiden in toenemende mate een zittend bestaan. Een remedie wordt vaak gezocht in het bevorderen van

sport, georganiseerd en meer informeel door sportaccommodaties voor kinderen en jongeren in de woonwijken (Cruyff-courts, e.a.). Dat is prima, maar ook eenzijdig. Veelzijdig zich bewegen voor alle leeftijdsgroepen kan bevorderd worden door natuurlijke speelmogelijkheden dichtbij huis en op schoolpleinen en in de kinderopvang. De directeur van GGD Rotterdam-Rijnmond, Vincent Roozen, zei daarover dat bewegen belangrijk is, en niet alleen om overgewicht tegen te gaan, ook om je fit te voelen, een goed humeur te krijgen, daglicht te vangen. Volgens hem kan met eenvoudige middelen veel bereikt worden: "Klimbomen waar kinderen uit kunnen vallen zijn leerzamer en uitdagender dan veilige speeltoestellen." [4] Het lopen over ongelijke oppervlakken, het klimmen op een klimheuvel, het balanceren over een boomstam dragen daaraan ook bij. Een klimrek van kromme boomstammen vraagt om een andere, meer alerte wijze van klimmen dan op een gangbaar klimrek. En zelfs een aantal grote boomstammen die ergens liggen nodigen al uit tot veelzijdig bewegen [5]. Gemeente, wees attent: als er een grote boom omwaait of omgezaagd moet worden, denk dan ook aan het gebruik van delen ervan – met name de sterk vertakte kruin of delen daarvan – voor kinderen! Bedenk vooraf wie je daarmee in voorkomende gevallen een plezier kunt doen: scholen, kinderopvang, speeltuinverenigingen, etc.



Bovenstaande cartoon drukt verschillende dingen uit. Allereerst dat kinderen, als zij de keus hebben, een voorkeur hebben voor natuurlijke plekken boven speelplekken met gestandaardiseerde speeltoestellen. Maar ook dat dit door volwassenen vaak niet op prijs gesteld wordt, dat deze ‘wilde’ kinderen blijkbaar getemd moeten worden.

Creativiteit

Het vaak onvoorspelbare, ‘wilde’ van de natuur en de enorme hoeveelheden ‘losse’ materialen die deze biedt resoneren in het nog niet zo vastgelegde, ‘wilde’, creatieve van kinderen. In de wereld van de landschapsarchitectuur spreekt men wel over het principe van de ‘loose parts’ – de aanwezigheid van open materialen die op vele wijzen te combineren zijn en die ook open zijn in de betekenis die je eraan kunt toekennen. Het bouwen van een hut, het maken van een speer, het bereiden van ‘heksensoep’ (geliefd bij kleuters) geeft enerzijds veel mogelijkheden voor het vormgeven, maar vereist anderzijds ook het ‘luisteren naar het materiaal’ en de mogelijkheden daarvan. Natuur biedt bij uitstek vele mogelijkheden daartoe

[6]. Dat geldt ook voor het maken van gebruiksvoorwerpen en van ‘mooie dingen’ van in de natuur gevonden materiaal, inclusief ‘vergankelijke kunst’, zoals bijvoorbeeld mandala’s, die een plek mooier maken, maar die ook veranderd zullen worden door de effecten van natuurkrachten. Natuur stelt kinderen voor problemen en daagt uit tot het oplossen daarvan.

Ontmoetingen met planten en dieren

Kinderen reageren sterk gevoelsmatig op dieren. Positief, doordat ze er door worden aangetrokken. Negatief doordat dieren angst en afkeer kunnen oproepen. Het zodanig inrichten van de openbare ruimte dat daar dieren als vogels kikkers en padden, vlinders en libellen en misschien zelfs een egel voorkomen, daar voedsel vinden en zich kunnen voortplanten, is ook een kindvriendelijke maatregel. Dat is vooral van belang in de buitenruimte van scholen en kinderopvang of in de nabije omgeving daarvan. Positieve ontmoetingen met dieren dragen ook bij aan de ontwikkeling van een band met de ‘meer dan menselijke wereld’, ons gemeenschappelijke ‘huis’, de natuur. Angst en afkeer kunnen verminderd of overwonnen worden. Reële gevaren onderkend en gehanteerd worden. Planten (kruiden, bomen en struiken) wekken minder sterke emoties. Kinderen zijn wel geboeid door processen van groei en verandering – van zaad tot zaad – en door seizoensveranderingen. Zij kunnen een band ontwikkelen met een bepaalde boom, met een tuin, met een bloemrijke berm, e.d.

De verscheidenheid aan soorten en hun levenswijzen doet een beroep op het kind als onderzoeker: benoemen, ordenen, vragen stellen, waarnemen. Wetenschappers spreken over een ‘cognitieve honger’ van kinderen naar natuur.

Tuinieren en voeding

De omgang met planten heeft ook andere, meer direct ‘levenspraktische’ kanten, met name in het tuinieren. En dat gekoppeld aan het thema ‘voeding’. In verband met duurzame steden wordt dit thema steeds belangrijker: ‘stadslandbouw’, ‘eetbaar Amersfoort’, e.a. Steeds meer burgers willen weten waar hun voedsel vandaan komt. Het zelf kweken van voedsel door en met kinderen draagt daaraan bij. Dat kan bij scholen en op specifieke kindertuinen elders. Kinderen kunnen zo ook voor hen nieuwe voedingsgewassen leren kennen en waarderen. Rond deze activiteit kunnen verschillende generaties samenwerken. Ouders kunnen erbij betrokken worden, ook door de geteelde groenten thuis te nuttigen. Maar ook kunnen oudere leden van volkstuinverenigingen en andere ervaringsdeskundigen de kinderen en hun volwassen begeleiders ondersteunen en hun kennis overdragen. Hier zijn belangrijke sociale processen in het geding. Tuinieren impliceert een intieme omgang met de bodem en wat daarin leeft, met planten en levensprocessen. Rond het tuinieren kunnen kinderen kennismaken met een van de meest inzichtelijke vormen van een kringloophuishouding: het composteren van tuinafval en voedselresten.

Kleinschalig natuurbeheer

Kinderen kunnen ook betrokken worden bij het beheer van de natuurtuin bij hun school, als vorm van kleinschalig natuurbeheer. Dat kan ook plaatsvinden in een terrein in de ruimere omgeving van de school. Door beheren leren de kinderen het betreffende terrein en zijn niet menselijke bewoners intensief kennen. Kinderen worden ook betrokken bij het monitoren van de effecten van het beheer en ontwikkelen waakzaamheid ten aanzien van manieren van het gebruik ervan die de kwaliteit aantasten (ook contra vandalisme). De formele beheerder van het terrein, die daarbij beroepsmatig intensief betrokken is, wordt voor kinderen vaak een identificatiefiguur.

Vertrouwdheid en geborgenheid – natuur als ‘refugium’

‘Natuur’ wordt niet alleen gekenmerkt door onvoorspelbaarheid, c.q. verrassing, maar ook door voorspelbaarheid en herhaling, in de ervaring van de seizoenen en andere grote ritmes in de natuur. Het intensief beleven daarvan draagt bij aan een besef van geborgenheid. De Amerikaanse biologe Rachel Carson – vanwege haar beroemde boek ‘Silent spring’ over de gevaren van onverantwoord gebruik van bestrijdingsmiddelen wel als een van de moeders van de moderne milieubeweging betiteld – schreef ook een boekje voor opvoeders (‘The sense of wonder’). Daaruit een in dit kader passend citaat, in een vertaling van mijn hand:

Zij die zich verdiepen in de schoonheid van de aarde, daarover mediteren, die beschouwen, vinden krachtbronnen die een leven lang beschikbaar blijven. Het trekken van de vogels, de eb en vloed van de getijden, de in de knop opgevouwen bladeren die klaar zijn voor de lente - al deze verschijnselen hebben zowel een symbolische als een actuele schoonheid. De steeds herhaalde refreinen van de natuur hebben een oneindig genezende kracht - de zekerheid dat na de nacht weer een morgen komt en na de winter een lente.’

De ervaring van de natuur als schuilplaats kan ook gestimuleerd worden door het creëren van mogelijkheden om in het groen te zijn: hutjes van levend wilgenhout, bosjes waar je je kunt verstoppen en/of een ‘nest’ kunt maken, een rustige zitplek bij een plas waar je alleen of met vrienden kunt zijn.

Duurzaam waterbeheer en natuur voor kinderen

Voorgaande pleidooi voor natuurrijke plekken waar kinderen kunnen spelen en leren is heel goed te combineren met duurzaam waterbeheer. Het afkoppelen van het water dat op daken valt – met name, maar niet alleen bij scholen – van het riool biedt vele mogelijkheden voor infiltratie in de bodem, gecombineerd met tijdelijke stroompjes (‘wadi’s’) waar kinderen met het water en ander materiaal kunnen spelen. Water, in combinatie met zand of zwarte grond, is en blijft een belangrijk bron van leren en vermaak [7]. Deze tijdelijke stroompjes kunnen uitmonden in een moeras of ondiepe poel, waar weer passende planten en dieren kunnen leven. Op grotere schaal gedacht kunnen vijvers voor extra waterberging in een wijk ook benut worden als speelnatuur voor kinderen, mits goed en voor kinderen avontuurlijk vormgegeven [8].

Uitsterven van ervaringen

Stelling 1 en de toelichting daarop tot nu toe willen duidelijk maken dat speelse ervaringen met natuur goed zijn voor welzijn en ontwikkeling van kinderen. Goed onderbouwde argumenten voor ‘natuur voor kinderen’ zijn er voldoende. Genoemde ervaringen staan echter sterk onder druk. Allereerst door de strijd om de ruimte in steden, waar ‘wilde plekken’ vaak hoogstens tijdelijk voor kinderen beschikbaar zijn en voor heel veel kinderen zelfs dat niet. Maar ook andere factoren spelen een rol: de angst van ouders voor ongelukken van hun kinderen en voor sociale onveiligheid. Ook speelt het steeds meer programmeren van de tijd dat kinderen niet naar school gaan een rol, ten koste van hun vrij te besteden en zelf in te vullen tijd. En tenslotte de zuigkracht van de eigentijdse media [9]. Dit alles gaat ten koste van vrije spel buiten. Richard Louv citeert in zijn boek ‘Het laatste kind in het bos’ een kind dat zegt: ‘Ik speel het liefste binnen, want daar zitten de stopcontacten’[10]. Louv beschrijft de negatieve effecten van het ontbreken van contacten met de natuur voor welzijn en ontwikkeling van kinderen als ‘natuurtekort-stoornis’ (‘nature deficit disorder’). Dit omvat zowel lichamelijke als psychische storingen.

Er is hier ook een link met de natuur- en milieueducatie (NME), met 'kinderen voor natuur' dus. Onderzoek naar de belangrijkste factoren voor de ontwikkeling bij kinderen en jongeren van engagement voor natuur en milieu laat zien dat twee factoren hier het belangrijkste zijn:

- informele, niet schoolse natuurervaringen in de jeugd;
- ontmoetingen met geloofwaardige volwassenen: ouder, grootouder, leraar, natuurbeheerder, e.a. [11]

Deze ervaringen zijn belangrijker dan het formele leren op school.

In de onderzoeksliteratuur worden dergelijke ervaringen benoemd als (voor natuurbetrokkenheid) '*significant life experiences*'. In de voorgaande paragrafen werden dergelijke sleutelervaringen beschreven. Voor mij persoonlijk geldt bijvoorbeeld dat ik als peuter en kleuter in ons dorp vlak bij huis mogelijkheden had om de kippen te voeren, mijn vader te helpen in de tuin en aardbeien te snoepen, op de boerderij van een vriendje te spelen. Toen we naar de stad verhuisden naar een nieuwbouwwijk werd in de buurt nog volop gebouwd en dat gaf veel speelmogelijkheden, evenals in het naburige park. Als zevenjarige verhuisden we opnieuw, naar Amersfoort, met het bos (eerst Nimmerdor, later ook Den Treek) op loopafstand. Dat gaf veel vrijheid om met vriendjes rond te zwerven, een geheime hut te bouwen, eetbare paddestoelen te zoeken, libellen te vangen en reeën te zien wegspringen, etc. Als puber was ik actief bij de padvinderij, met als belangrijkste speel- en werkterrein de Bokkeduinen, Birkhoven en de Soesterduinen. Velen kunnen dergelijke verhalen vertellen. Maar dergelijke ervaringen – dus uitgerekend dezelfde ervaringen die in het voorgaande werden beschreven als 'natuur voor kinderen' – verdwijnen steeds meer.. Onderzoekers spreken hier over: 'extinction of experience'. Zoals soorten uitsterven, zo sterven ook wezenlijke ervaringen uit. Dat betekent dat we ons hart moeten vasthouden voor het toekomstig draagvlak voor natuur en milieu. Een belangrijke basis voor NME valt weg.

Zo komen we, bij wijze van conclusie, tot de volgende stelling:

Stelling 2

Frequent contact met natuur is cruciaal voor een gezonde planeet

Als we stelling 1 en 2 combineren kunnen we een volgende stelling formuleren:

Stelling 3:

Zorg voor kinderen – ('natuur voor kinderen') – en zorg voor onze planeet – ('kinderen voor natuur') – liggen in elkaars verlengde

NME en natuurrijke plekken

NME in onze tijd houdt derhalve ook in: zorgen voor natuurrijke plekken voor kinderen als kwaliteit van hun leefomgeving. Dit zijn tevens plekken voor informeel en formeel leren over natuur en milieu'.

Daarbij gaat het om plekken voor kinderen om:

- te *doen*, fysieke activiteiten
- te *denken*: intellectuele uitdagingen, onderzoeken
- te *voelen*: schoonheid, troost, thuis zijn, verbondenheid, '*sense of place*'

•te zijn: ‘bij jezelf’, samen met vrienden.

Natuur en kinderen in de stad: ontwerpen en samenwerken

In stedelijke omgevingen vereist deze nieuwe situatie een gerichte inspanning, een ontwerpopdracht, vanuit een morele grondhouding van verantwoordelijkheid (zorg) voor kinderen en onze planeet.

Concreet gaat het bij deze ontwerpopdracht om het ontwerpen van natuurrijke plekken in buurten, bij scholen, bij de kinderopvang, etc. Voor het ruimtelijk beleid gaat het om de langetermijn-opdracht om te werken aan het tot stand brengen van een ‘ecologische speelstructuur’, oftewel ‘speelweefsel’ van de stad, met plekken en verbindingen daartussen, ‘greenways’ waardoor kinderen zich zelfstandig en veilig kunnen bewegen.

Binnen het geheel van waarden en belangen gaat het hierbij om een ‘zacht belang’, dat gemakkelijk in de verdrukking komt. Dit belang kan versterkt worden door

- a. het verbinden van beleidsterreinen via een integrale aanpak: jeugd, welzijn en gezondheid, natuur (‘groen’), milieu
- b. het stellen van normen voor de ruimtelijke planning, bijvoorbeeld een percentage aan ruimtereservering voor natuur en kinderen
- c. sterke en soms ongewone coalities tussen overheid en particuliere partijen, inclusief voor financiering voor initiatieven op dit terrein (‘aanmoedigingsfonds’ dat een bepaald percentage van begrote kosten vergoedt), als vormen van publieke en private samenwerking;

Wat er eerst ‘gewoon was’, het ‘oerwoud om de hoek’, moet nu garrangeerd worden door samenwerking van meer partijen.

Duurzaam Amersfoort en de jeugd

‘Duurzame ontwikkeling’ heeft als doel de bestaansmogelijkheden van toekomstige generaties niet te belemmeren door de huidige generatie. Het ligt voor de hand daarmee te beginnen bij de ‘toekomstige generatie’ die wij al bij ons hebben, de kinderen en jongeren van nu. Die zullen op hun beurt weer een volgende generatie doen opgroeien, etc. Dat heeft ook betrekking op een DUURZAAM AMERSFOORT.

Op grond van de eerste drie stellingen kunnen we nu de vierde formuleren:

Stelling 4

Frequent contact van kinderen met natuur is cruciaal voor een DUURZAAM AMERSFOORT

Wat goed is voor de stad en voor de planeet

Eind mei 2010 werd Amersfoort bezocht door Louise Chawla, hoogleraar pedagogiek en ruimtelijke ordening aan de universiteit van Colorado (USA). Zij heeft zich intensief bezig gehouden met de kwaliteit van de leefomgeving van kinderen, onder andere als internationaal coördinator van het UNESCO ‘Growing up in an urbanizing world’ en tevens met de relatie kind – natuur. In een gesprek tijdens de excursie door Amersfoort zei zij op een bepaald moment: ‘Wat goed is voor de kinderen is goed voor de stad’. Kinderen zijn het kostbaarste dat wij hebben en hun toekomst is nauw verbonden met die van onze planeet. Als slotconclusie formuleer ik daarom als vijfde en laatste stelling:

Stelling 5

*Wat goed is voor kinderen
is goed voor de stad*

is goed voor een gezonde planeet

Het streven zou mijns inziens moeten zijn:

**AMERSFOORT ALS GROENE, KINDVRIENDELIJKE,
DUURZAME STAD**

Bronnen

De met een sterretje gemerkte artikelen zijn te vinden op www.springzaad.nl

[1] Gezondheidsraad en Raad voor Ruimtelijk, Milieu- en Natuuronderzoek (2004), *Natuur en gezondheid. Invloed van natuur op sociaal, psychisch en lichamelijk welbevinden*. Den Haag: Gezondheidsraad en RMNO. Met name hoofdstuk 7 – Onderzoek naar invloed op de ontwikkeling van kinderen (p. 75- 81). Te downloaden van www.gr.nl. Een op een breed publiek gericht essay dat aan dit advies voorafging is: Berg, A.v.d. & M. v.d. Berg (2001), *Van buiten word je beter. Een essay over de relatie tussen natuur en gezondheid*.

Wageningen. Te vinden op

www2.alterra.wur.nl/webdocs/internet/corporate/prodpub/boekjesbrochures/vanbuitenwordje

[2] Enkele publicaties:

Adviespakket 'Natuur en gezondheid', gepubliceerd in 2007. Te vinden op

www.natuurengezondheid.nl Met name ook gericht op wat gemeenten kunnen doen.

Maas, J. (2009), *Vitamine G: Natuurlijke omgevingen, gezonde omgevingen*. Utrecht: proefschrift. Op www.nivel.nl/pdf/Proefschrift-Maas-Vitamine-G.pdf

Zie ook www.natuurvoorgezondheid.info

[3] Het facet 'herstel van stress en aandachtsmoeheid' is als het om kinderen gaat ook van belang, maar is om redenen van tijdgebrek weggelaten. Zie daarover een 'populair' artikel: Both, K. (2007), Natuur als bondgenoot bij zorgverbreding. *De Wereld van Jonge Kind*, maart* en een rapport over onderzoek bij volwassenen: Custers, M.H.G. & A.E. van den Berg (2007), *Natuur, stress en cortisol*. Wageningen: Alterra, rapport 1629. Te downloaden van: www2.alterra.wur.nl/Webdocs/PDFFiles/Alterrarapporten/AlterraRapport1629.pdf

[4] Zie over de verhouding van uitdaging en veiligheid: Tovey, H. (2011), Laat ze buiten spelen: Een pleidooi voor gezonde risico's. Apeldoorn: Garant

[5] Zie over de relatie tussen het vrije buitenspel en de ontwikkeling van het bewegen ook: Both, K. (2005), Kinderen in beweging. Motorische ontwikkeling en schoolnatuurtuinen. *De Wereld van het Jonge Kind*, december *

Both, K. & J. v.d. Bogaard (2008), Buitenspelen is ook bewegen. *Pedagogiek in Praktijk*, september*

Berg, A.E.v.d., e.a. (2007), *Spelen in het groen*. Wageningen: Alterra. Te downloaden via www.agnesvandenberg.nl

Over klimbomen: Janssen, P./ K. Both en J. v.d. Bogaard (2009), De boom in! Klimbomen in de stad. *Groen*, september*

[6] Both, K. (2008), Buitenspel met losse dingen. *De Wereld van het Jonge Kind*, mei *

[7]) Both, K. (2007a), Spelen met water. *De Wereld van het Jonge Kind*, april *

Both, K. (2007b), Speelwater bij school. *De Wereld van het Jonge Kind*, mei*

[8] Both, K. (2010), Avontuurlijk-natuurlijk spelen en leren. *De Wereld van het Jonge Kind*, april *

[9] Ik heb geprobeerd een evenwichtige pedagogische visie op het omgaan met de nieuwe media te formuleren in: Both, K. (2010), Aandachtig leren, aandacht leren: leren in een snelvuurcultuur. *Mensenkinderen*, november en Both, k. (2011), Jonge kinderen en nieuwe media: een realistische kijk. Verschijnt in *De Wereld van het Jonge Kind*, juni

[10] Louv, R. (2007), *Het laatste kind in het bos: hoe wij onze kinderen weer in contact brengen met de natuur*, Utrecht: Jan van Arkel

[11] Over het – vaak internationaal vergelijkende – onderzoek naar de voorwaarden voor het ontstaan van betrokkenheid bij natuur en milieu is in ons land nauwelijks gepubliceerd.

Auteurs op dit gebied zijn met name Louise Chawla, Nancy Wells, Peter Kahn, Joy Palmer en Robert Bixler. Louv (2009) besteedt ook aandacht aan verschillende van deze auteurs.