



## Hoe vertel ik de kinderen dat de wereld vergaat?

Elke week legt Annemiek Leclaire een lezersvraag voor aan deskundigen.

NRC, 20 november 2019

Moeder: „Ik werk als milieudeskundige, en zie de rampscenario's werkelijkheid worden. Bosbranden, overstromingen, er is een massa-extinctie van de soorten bezig. Ik maak me grote zorgen. Als we de klimaatdoelstellingen niet halen, gaan we het niet redden. Hoe betrek ik mijn kinderen in die zorgen? Is het raadzaam om hen te waarschuwen voor wat hun te wachten staat? Om met hen over een 'plan B' te praten, zoals klimaatemigratie; om financiële reserves op te bouwen zodat ze kunnen vluchten? Of mag het wat zorgelozer blijven? Ze zijn 12 en 16.”

### Betekenis zoeken

*Susan Bögels, hoogleraar family mental health aan de Universiteit van Amsterdam.*

“Moeder heeft een realistische kijk op de toekomst. Deze eeuw wordt voor de wereld catastrofaal als er geen werkelijke transformatie komt. Mensen die in de 'klimaatcatastrofe-sector' werken zijn kwetsbaar voor angst en depressie. Ook kinderen en jongeren zijn gevoelig voor de gedachte dat de wereld vergaat. Van de Zweedse jongeren en jongvolwassenen heeft 80 procent klimaat-gerelateerde angst, en 78 procent voelt dat ze het probleem moeten oplossen dat ontstaan is doordat de generatie van hun ouders haar verantwoordelijkheid niet heeft genomen. We moeten hierover met onze kinderen realistisch maar hoopvol communiceren; de strijd tegen de opwarming van de aarde kan namelijk ook betekenis en een gevoel van verbinding in hun leven opleveren, en dat zijn krachtige remedies tegen depressie. Dus kom in actie, sluit je aan. Het begint met benadrukken wat we als individu en als gezin kunnen doen, bijvoorbeeld minder kleding kopen, afval scheiden, vegetarisch eten, bij de leerkrachten aankloppen dat een schoolreisje ook met de trein kan, afzien van vliegvakanties. Dit noemen we 'problem focused coping'. Maar omdat kinderen begrijpen dat individuele actie niet genoeg is, is er ook een andere strategie nodig: 'meaning focused coping'. Tijd maken om samen met anderen aan een betere wereld te werken helpt tegen wanhoop, cynisme en egocentrisme.”

### Geef hoop

*Arjen Wals, hoogleraar transformatief leren voor sociaal-ecologische duurzaamheid aan de Universiteit Wageningen.*

“Dat het slecht gaat met de aarde moeten we thuis vooral niet bagatelliseren. Kinderen zijn hier allang onbewust en bewust mee bezig. Het gaat dagelijks over stikstof, dierenwelzijn, klimaatverandering, overstromingen, langdurige droogte, enzovoorts. Ze zijn niet immuun voor die berichtgeving.

Het is ontzettend belangrijk dat dit bewustzijn wordt gekoppeld aan een hoopvol handelingsperspectief. Kinderen moeten zich realiseren dat mensen, ook jonge mensen, tot veel in staat zijn. Zowel als individu als collectief. Veel jongeren proberen al uiting te geven aan hun zorgen en passen hun gedrag aan. Zo worden zorgen over dierenwelzijn, duurzaamheid, klimaat, door velen vertaald naar een vegetarisch of veganistisch dieet. Daarmee geven ze ook een signaal aan hun ouders en leeftijdgenoten.

Omgekeerd zijn veel ouders of burens in de straat bezig met het isoleren van hun woning, het aanbrengen van zonnepanelen, het verwijderen van tegels uit de tuin – dat zien kinderen ook. De transitie naar een duurzamere wereld maakt steeds meer deel uit van het straatbeeld. Blijf zoeken naar goede voorbeelden, laat je kinderen zien dat ze hier niet alleen in staan. Greta Thunberg is er bijna in haar eentje in geslaagd jongeren te mobiliseren en een wereldwijde verzetsbeweging te starten. De wolf is terug in Nederland, meer mensen hebben toegang tot onderwijs dan ooit, en er wordt tegenwoordig gezwommen in de Amstel. Dit alles inspireert, geeft moed en geeft hoop. Hoop doet leven, wanhoop niet.”