



Breng de natuur naar kinderen

Door Kees Both

Mens-zijn en natuur horen bij elkaar. Intensieve natuurervaringen zijn goed voor het welzijn van kinderen en voor hun betrokkenheid bij de natuur. In een tijd dat deze natuurervaringen voor veel kinderen buiten beeld raken, is het van belang om de natuur naar de kinderen te brengen. We moeten de buitenruimte van de school vergroenen.

Levensverhaal en ruimte

Als mensen zich oriënteren op de 'vergroening' van de buitenruimte van hun school is het belangrijk dat zij beelden te zien krijgen van hoe dat kan. Zo'n workshop moet echter wel verder gaan dan 'leuke ideeën opdoen'. Zie bijvoorbeeld de volgende kennismakingsactiviteit.

Er worden foto's getoond van kinderen in natuurrijke omgevingen. Beelden van kinderen die een zelfgemaakt bootje laten varen op het water, kinderen die zich verstoppjen in een bosje, klimmend in een boom, een kind met een kikker op zijn hand, kinderen die een hut bouwen of op een vuurtje 'wilde groenten' bereiden spreken tot de verbeelding. Aan de deelnemers wordt gevraagd om een foto uit te kiezen die hem aanspreekt. Vervolgens laat elke deelnemer 'zijn' foto zien en vertelt daarbij wat hem raakt.

In veel gevallen leggen mensen dan een verband met hun eigen jeugdervaringen. Zij vertellen vaak dat zij de kinderen van nu dezelfde ervaringen gunnen.

Bij deze benadering worden diepe gevoelens aangesproken die wortelen in de eigen jeugd en verbonden zijn

met bepaalde *plekken*. De verhalen die worden verteld, gaan zelden over schoolse ervaringen. In mijn eigen herinneringen zie ik lokalen met hooggeplaatste ramen, waardoor je niet naar buiten kon kijken. De buitenruimte van mijn lagere school was grotendeels betegeld. Een kwart van het buitenterrein was tot onze grote vreugde niet betegeld, waardoor je er met je hak knikkerpotjes in kon draaien. Midden op het plein stond een grote boom en er was ook een strook gazon, waarvan het betreden ten strengste verboden was. Je kon om het schoolgebouw heen lopen, wat de grote jongens benutten voor wedstrijden hoeveel rondjes je achter elkaar kon hardlopen. Veel belangrijker in dit verband zijn mijn herinneringen aan het spelen in het bos aan de rand van de stad.

Wetenschappelijk onderzoek van de laatste twintig jaar heeft aangetoond dat het ontstaan van verbondenheid met de natuur sterk samenhangt met intensieve, vaak speelse jeugdervaringen in de natuur. Het levensverhaal van mensen is verbonden met de ruimten waarin het zich afspeelt. Vreugdevolle herinneringen hebben in meerderheid betrekking op 'buiten', in het bijzonder in het groen.

Liefde voor het leven

De hierboven beschreven affiniteit met de natuur, die bij kinderen verhoudingsgewijs het sterkst ontwikkeld is, heeft, zo vermoeden onderzoekers, ook een erfelijke component. Deze 'biophilia' (liefde voor het leven) zou te maken hebben met onze lange evolutionaire geschiedenis, waarbij deze gedragingen functionele aanpassingen waren, in onze genen vastgelegd zijn en nog steeds min of meer werkzaam zijn. Het grootste deel van zijn geschiedenis heeft de mens immers in direct contact met de wilde natuur geleefd.

speelplaats met speeltoestellen een voorkeur voor een 'wild landje', waar je kunt graven, in bomen kunt klimmen en je kunt verstoppertje spelen. Als kinderen van 5 tot 12 jaar het dus voor het zeggen zouden hebben, dan zouden er in hun woon-omgeving 'wilde' landjes te vinden zijn: braakliggende, 'ongeplande' terreinen, waar zij vrij, dus zonder door volwassenen gecontroleerd te worden, kunnen spelen. Dit soort terreinen, tijdelijk braakliggende terreinen in de bebouwde kom, bouw-terreinen aan de rand ervan, bosplantsoenen in dorpen en steden, overhoekjes in het landelijk gebied, waren



Als je de totale geschiedenis van de mens vergelijkt met iemand van zeventig jaar, dan heeft deze persoon maar een dag in een technologische samenleving doorgebracht. Het gaat hier overigens wel om een relatief zwakke erfelijke neiging, die regelmatig gevoed moet worden. Op grond van onderzoek naar de relatie tussen kinderen en natuur in verschillende culturen kan gesteld worden dat mensen, en vooral kinderen zich aangetrokken voelen door natuur, dwars door verschillende culturen heen. Zo hebben bijvoorbeeld kinderen in Berlijn, die opgroeien in een dichtbebouwde wijk, als zij de keuze hebben, in plaats van een

tot voor kort ruimschoots aanwezig. Ze zijn vaak ook bloemrijk, met een vegetatie die tegen een stootje kan. Zulke terreinen met overwegend spontane vegetaties van inheemse planten moeten we nu bewust aanleggen als vorm van kleinschalige natuurontwikkeling.

Uitdaging

Wat trekt kinderen dan aan in dergelijke terreinen? Natuur vanuit het perspectief van kinderen is natuur die hen uitdaagt. Kinderen kijken primair naar de *functies* van een omgeving, zij bekijken wat je er kunt *doen*. Natuur is

voor hen vooral doe- natuur en geen natuur waar je naar kijkt. We komen nu op het terrein van de ecologische psychologie of omgevingspsychologie. Wij mensen, ook kinderen, hebben invloed op de fysieke ruimte, door die te gebruiken en te veranderen. Maar al die ruimten, landschappen, gebouwen, tuinen, gebouwde omgevingen, hebben ook invloed op ons. Zij hebben invloed op onze waarneming, gevoelens en waarden en op ons handelen. Winston Churchill zei al: "Eerst maken wij de gebouwen en voorts maken de gebouwen ons". Tuinontwerpers maken daar gebruik van, door bijvoorbeeld een pad niet recht te maken, maar licht te laten kronkelen.

Dat kleine verschil heeft belangrijke effecten op de beleving. Plaatsen en dingen dagen uit tot handelen, maar bieden ook mogelijkheden om te handelen. Die samenhang van uitdaging en aanbod wordt in de omgevingspsychologie met een helaas tot nu toe niet bevredigend vertaald begrip beschreven als 'affordance'. De omgeving lokt uit, maar dat wat uitgelokt wordt, hangt samen met de behoeften en bekwaamheden van de waarnemer, het kind. Baby's worden vooral uitgedaagd door alles wat beweegt en door geur-, smaak- en tasteigenschappen. Zodra je kunt lopen, verandert je wereld enorm.

De uitdaging van iets zal dus per individu en per ontwikkelingsfase verschillen. Een bepaalde boom kan voor een stevig uit de kluiten gewassen kind ervaren worden als een 'mooie klimboom' en voor een kleiner kind niet. Bloemen in een bloemenwei zijn voor kinderen om te plukken, gras is niet om naar te kijken, maar om lekker op te liggen en te ravotten en zacht op te vallen. Grond is om in te graven. Dat handelen omvat niet alleen het intensief bewegen en lijfelijk doen, maar ook stil naar dingen kijken en voor jezelf wat te mijmeren, of het met anderen wat zitten kletsen.

Er zijn omgevingen die rijk zijn aan 'affordances' voor kinderen en andere die wat dat betreft arm zijn.

Dat hangt samen met wat kinderen kunnen en mogen en van de kwaliteiten van de fysieke omgeving. Deze kwaliteit van de omgeving voor kinderen wordt door Zwitserse onderzoekers in één woord omschreven als 'Aktionsraumqualität'. Deze kwaliteit staat, zoals we nog zullen zien, sterk onder druk.

Natuur voor kinderen: Openheid

De belangrijkste eigenschap van wilde plaatsen voor kinderen is te benoemen als

- 'openheid', in de betekenis van het niet bewerkte en niet gestandaardiseerde van materialen om mee te spelen en van bewegingsaanleidingen;
- 'openheid' als de spontaniteit en het verrassende van natuurlijke processen en verschijnselen.

In vergelijking met door mensen gefabriceerde omgevingen zijn er veel meer mogelijkheden om zelf betekenis aan de dingen te geven. In de eerste plaats wat betreft de

aanwezigheid van grote hoeveelheden 'ruw materiaal'. Kinderen houden van materiaal met veelzijdige gebruiksmogelijkheden. Landschapsarchitecten spreken in dit verband over 'een theorie van de losse dingen'. 'In een omgeving is de mate waarin een beroep gedaan wordt op inventiviteit en creativiteit en de mogelijkheid om echte ontdekkingen te doen recht evenredig aan het aantal mogelijkheden om te veranderen, te combineren, veelzijdig te gebruiken'. Het zoeken van dingen die bij jouw ideeën passen of het ideeën krijgen bij het gegeven materiaal doen een beroep op verbeeldingskracht en inventiviteit. Het is 'luisteren' naar het materiaal.

Er zitten allerlei onverwachte en onbedachte variaties in. Bij het bouwen van een hut zoek je bijvoorbeeld stevige, min of meer rechte, dragende stokken, die zo goed mogelijk passen. Het doet denken aan een mens in de steentijd die een steen vindt waarvan hij denkt: 'daar kan ik een bijl van maken', maar ook aan de mens die gericht zoekt naar een steen waarvan hij een bijl kan maken. Met name de plantenwereld biedt een overdaad aan materiaal om mee te spelen en te werken. Materiaal om mee te spelen, te bouwen, je te versieren, mooie dingen van te maken zoals (in combinatie met stenen, zand, etc.) mandala's en andere kunstwerken of fluitjes, en soms ook om als voedsel te gebruiken.





De aanwezigheid van water draagt sterk bij aan de aantrekkelijkheid van een terrein. Water, zand, stenen en de combinatie daarvan bieden eindeloze mogelijkheden; voor het afdammen van stromend water (bijv. tijdelijke stromen van regenwater, waaronder van het riool afgekoppeld water dat op daken valt), het maken van 'heksensoep' door kleuters, vormgeven met modder en nat zand, en wat niet al. Steeds vaker wordt er een relatie gelegd tussen waterberging en speelse natuurbeleving, bij scholen en bij natuurspeelplaatsen elders. Hoogteverschillen zijn zeer geliefd, evenals mogelijkheden om te graven en vuur te maken. Er is in zo'n terrein een evenwicht tussen beslotenheid (met name in de begroeiing) en open plekken. Er zijn steeds weer nieuwe dingen te ontdekken. Het zijn plekken die de *fantasie* in hoge mate prikkelen, waar je kunt *dromen* en van kunt dromen. 'Places where the soul can fly'. De identiteit van dergelijke plekken en hun *verhalen* draagt bij aan de ontwikkeling van de identiteit (het levensverhaal) van kinderen.

Bewegen

De meeste hiervoor genoemde uitdagingen omvatten ook, vaak intensief, bewegen. Voor gezonde kinderen zijn leven, spelen en bewegen vaak identiek. Toch is er iets gekks aan de hand; kinderen bewegen steeds minder.

Antropologen spreken over een steeds sterker 'sedentaire' leefstijl bij kinderen, een zittend leven dus. Dat is slecht voor de gezondheid van kinderen. Ze worden te zwaar en als gevolg daarvan bewegen ze nog minder en bestaat het gevaar van ernstige ziektes, zoals ouderdoms-

diabetes op jonge leeftijd. De oorzaken hiervan zijn divers en complex. Denk hierbij enerzijds aan de aantrekkingskracht van de media en anderzijds aan de angst voor gevaren bij ouders, waardoor kinderen in hun bewegingsvrijheid belemmerd worden. Daarnaast moeten we zeker ook de ingrijpende verarming voor buitenspel in ogen-schouw nemen. Uit onderzoek blijkt dat de mate van bewegen van kinderen en de verscheidenheid van bewegen, samenhangt met het aanbod aan boeiende mogelijkheden voor buitenspel, waaronder mogelijkheden voor natuurspel. Tijdens een excursie in Beieren bezochten we een Kindergarten met heuveltjes met 'bergpaadjes'. De kinderen renden als gemzen over die paadjes en achtervolgden elkaar. In die tuin gebeurden volgens de directeur geen noemenswaardige ongelukken. Kinderen die regelmatig in dergelijke terreinen bewegen en in bomen klimmen, ontwikkelen spontaan effectieve, reflexachtige reacties op verstoringen van hun evenwicht en ergens bijna tegenaan botsen. Dat verklaart de lage frequentie aan ongelukken. Een dergelijke omgeving daagt uit tot intensief en veelzijdig bewegen. Over een schoolnatuurtuin werd geschreven:

“Deze speelplek is zo aantrekkelijk en veelzijdig dat het onmogelijk is om daar niet te bewegen...”

'Deze speelplek is zo aantrekkelijk en veelzijdig dat het onmogelijk is om daar *niet* te bewegen. De tuin daagde in de loop van de tijd steeds meer kinderen, ongeacht hun motorische vaardigheid, uit tot lichaamsbeweging in de ruimte.

Met gratie en behendigheid oefenden zij hun spieren, gewrichten en ledematen. Het leidde tot balanceren, elkaar achtervolgen, klimmen, kruipen, uitwijken, hangen, huppen, springen, wiebelen, rollen, rennen, glijden, rond-draaien, kronkelen, zwaaien, tuimelen, koprof, wringen, en dat alles zonder enige instructie van een gymleraar'. Kenmerkend voor natuurspelen is dat er veel onverwachte en niet door mensen bedachte variaties in voorkomen. Het klimmen in een boom is daardoor iets heel anders dan klimmen in een klimrek. Kinderen moeten weer in bomen kunnen klimmen, ook in de stad.

Dieren

We zijn nog steeds bezig met openheid. Die openheid zit hem ook in het *onvoorspelbare*. Denk eens aan de dieren die je er kunt tegenkomen en die je kunt vangen en bekijken, of juist kunt 'besluipen'. De beplanting en de aanwezigheid van water zijn belangrijke, uitnodigende, factoren voor een rijk dierenleven. Er wordt een beroep gedaan op het *kind als onderzoeker*. Dat omvat de ontwikkeling van intellectuele disposities als exploratiedrang, onafhankelijk denken, het verzamelen van gegevens met behulp van alle zintuigen en flexibel denken. Ook de taalontwikkeling en de kunstzinnige vorming worden hier gestimuleerd.

Kinderen verbinden 'natuur' ook met 'vrijheid'. Met een grote mate van *vrijheid van handelen*, zonder dat er steeds volwassenen over hun schouder meekijken en de vrijheid tot *zelfstandig je bewegen in de omgeving*. Dit laatste facet van 'openheid' staat zwaar onder druk, met name door de grote bezorgdheid van ouders met betrekking tot verkeers(on)veiligheid, 'enge mannen' en gevaren in de natuur als vallen, giftige planten of verdrinken in een poel. De paradoxale uitkomst van deze overmatige bescherming van kinderen tegen risico's is dat het voor kinderen gevaarlijker wordt, simpelweg doordat zij niet leren om met risico's om te gaan.

Natuur voor kinderen: vertrouwdheid

De natuur biedt ook vertrouwdheid en herhaling. Er zijn plekken waar je steeds naar terug kunt keren, maar het biedt ook *mogelijkheden om je terug te trekken* op een plek voor jezelf, of om er na te denken. De natuur dus als refugium. De seizoenen, het ritme van dag en nacht en andere grote ritmes in de natuur hebben mensen altijd houvast gegeven in hun bestaan. Dat geldt ook en vooral voor kinderen. Het door en met kinderen adopteren van een boom of een plek en daaraan de seizoensgebonden veranderingen volgen is in dit verband een sterke activiteit. Het tuinieren met kinderen is een krachtige leeromgeving vanwege de sterke binding aan een plek en wat daar groeit, het leven met de seizoenen en de cyclus van daarmee samenhangende benodigde handelingen. Tegelijkertijd is er ook sprake van een bepaalde openheid, want bij het tuinieren zijn er factoren in het spel die je niet kunt beheersen en waarbij je regelmatig voor verrassingen wordt gesteld.

“Als de kinderen van nu steeds minder in de natuur komen, dan zit er niets anders op dat we de natuur naar de kinderen brengen.”

Op natuurlijke plaatsen is er *een evenwicht tussen je veilig voelen op deze vertrouwde plek en het spannende, avontuurlijke, 'gevaarlijke'*. Kinderen spinnen wat dat laatste betreft vaak verhalen rond zulke plekken. 'Dergelijke plekken bieden zowel *vertrouwdheid en herhaling* als *verrassing*, belangrijke kenmerken van 'natuur'.

Recht doen aan verschillen en sociale verhoudingen

Natuurlijke speelterreinen bieden een grote verscheidenheid aan ervaringsmogelijkheden voor kinderen. Kinderen zijn verschillend en dus hebben zij verschillende behoeften. Op traditionele speelplaatsen zie je over het algemeen dat sommige kinderen op de speeltoestellen hun kunsten vertonen, terwijl andere kinderen er omheen staan en het spel bekijken. Verderop zie je dan weer een groepje kinderen staan die met elkaar kletsen. De sociale hiërarchie wordt in zulke gevallen bepaald door de atletische vaardigheden van een aantal kinderen. De anderen kijken toe. Op een natuurspeelplaats biedt de verfijnde ruimtelijke differentiatie ('niches') hen de mogelijkheid om verschillende talenten te laten zien. Dat leidt vervolgens weer tot andere, meer gedifferentieerde onderlinge sociale verhoudingen. Vertrouwde plekken waar kinderen zich met hun vrienden kunnen terugtrekken, zijn nodig om sociale vaardigheden te oefenen. Voldoende plekken waar je gemakkelijk kunt zitten (stenen, boomstammetjes, e.a.) kunnen dit bevorderen. Dat leidt tot een afname van conflicten. Schoolleiders spreken hier wel over als 'het wonder van de natuurspeelplaats'.

Aandachtsherstel

Als laatste facet van 'natuur voor kinderen' wordt ingegaan op de potentie van natuurlijke omgevingen voor 'aandachtsherstel'. Binnen de omgevingspsychologie wordt onderscheid gemaakt tussen twee soorten aandacht:

1. Gerichte aandacht.

Dit is aandacht die moeite kost om lange tijd achtereen vast te houden, verhoudingsgewijs veel inspanning vraagt en tot mentale vermoeidheid leidt. Aandachtsvermoeidheid kan leiden tot stress. De 'mentale spieren' worden moe en soms overspannen. Je moet het doel in het oog en jezelf onder controle houden en je bovendien niet laten afleiden. Dit geldt, zij het in mindere mate, ook voor taken die een hoge mate van intrinsieke motivatie kennen.

2. Onwillekeurige aandacht

Daarvoor hoeft je geen moeite te doen. Het gaat om dingen die 'vanzelf' de aandacht trekken, zoals wilde dieren (die er 'gewoon' en 'opeens' zijn), water, bloemen, bewegende dingen en film. Er is aangetoond dat

natuur hierbij een dominante plaats inneemt. De aanwezigheid in een natuurlijke omgeving en zelfs al het kijken ernaar vanuit gebouwen en zelfs naar afbeeldingen van natuur, leidt tot aandachtsherstel en verbetert de stemming al. Laat staan het wandelen, spelen en werken in het groen. Met name bomen en struiken, bloemen en water wekken *onwillekeurige aandacht*



op. Natuur heeft een matigende uitwerking op stress en blijkt een belangrijke hulpbron. Kinderen met aandachtsproblemen leren tijdens een activiteit als tuinieren dat zij zich beter kunnen concentreren.

Natuur voor kinderen: samenvatting

Samenvattend kan gesteld worden dat de emotionele-, intellectuele-, sociale- en waardenontwikkeling en de verbeeldingskracht sterk worden gestimuleerd door gevarieerde, herhaalde en blijvende contacten met relatief natuurlijke settings en processen. Anders gezegd: je doet kinderen ernstig tekort, als je hen geen mogelijkheden biedt tot intensieve natuurervaringen.

Als de kinderen van nu steeds minder in de natuur komen, dan zit er niets anders op dat we de natuur naar de kinderen brengen.

Breng natuur naar de kinderen

Zelf heb ik als kind veel mogen spelen in een bos op loopafstand van mijn huis. Beleving van de natuur is goed voor de ontwikkeling van kinderen. Onderzoek wijst uit dat de natuur als inspiratiebron sterk bijdraagt aan het ontstaan van een blijvende verbondenheid met de natuur. Deze verbondenheid vormt weer een basis voor betrokkenheid bij vragen van ecologische en economische duurzaamheid. Als dat zo is moeten we ons hart vasthouden voor het welzijn van de huidige generatie kinderen en voor een toekomstig draagvlak voor natuur en milieu. Door de verregaande verstedelijking dreigt vervreemding van de natuur. Dat is in toenemende mate het geval bij ouders die hun kinderen nu op de basisschool hebben en die hebben weer invloed op de ontwikkeling van hun kinderen. Als de kinderen van nu steeds minder in de natuur komen, dan

zit er niets anders op dat we de natuur naar de kinderen brengen. Het 'vergroenen' van de buitenruimte van scholen is een effectieve maatregel om kinderen weer in contact te brengen met de natuur. De school maakt daar een belangrijk statement; namelijk dat natuurervaringen belangrijk zijn voor het welzijn van de kinderen en van de aarde. Het is een plek voor speels en informeel leren en tevens een leerlandschap voor het formele leren over en van de natuur, in principe bij alle vakken. Het herinnert kinderen en leraren er elke dag weer aan dat natuur belangrijk is. En ouders die zelf niet meer zoveel met de natuur hebben zien het enthousiasme van de kinderen en kunnen zelf ook weer enthousiast worden. Zo kunnen we proberen te bereiken dat natuur weer op een vanzelfsprekende manier deel uitmaakt van het levensverhaal van huidige en toekomstige generaties. 'Dialog, ook met wat wij 'natuur' noemen, is wezenlijk voor mens-zijn. Want als de mens het contact met de natuur kwijt raakt, raakt hij los van de grondslagen van zijn eigen bestaan' (ter Horst, 1978, p. 15).

Kees Both
both0207@planet.nl

Kees Both is onder andere leerkracht basisonderwijs, leerplanontwikkelaar science en natuuronderwijs in het basisonderwijs, bestuurslid en inhoudelijk medewerker stichting Jenaplanonderwijs en kernlid van het netwerk Springzaad / Stichting Oase.
www.springzaad.nl

Horst, W. ter (1978), *Natuur en kind: Ideeën voor een "groene" opvoeding*. Den Haag: Onmiboek