

ALS LEREN WEER LEEFT



HOE NATUURINCLUSIE IN ONDERWIJS LEERLINGEN EN STUDENTEN DOET OPBLOEIEN

De natuurinclusieve beweging in het onderwijs spreekt hoofd, hart en handen aan. Leerlingen en studenten trekken eropuit, ontdekken, werken samen en leren zorg dragen voor hun omgeving. Zo ontwikkelen ze niet alleen hun cognitieve vaardigheden, maar ook hun veerkracht, empathie en creativiteit. Daarmee is het veel meer dan een manier van lesgeven – het is een levende voedingsbodem voor de groei en het welzijn van de volgende generatie.

Deze benadering van onderwijs – die van de peuterspeelzaal tot aan het beroeps- en hoger onderwijs vormgegeven kan worden – bestaat uit verschillende elementen die allemaal een unieke relatie met de natuur uitdrukken. Zo stelt leren voor natuur kinderen en jongeren in staat om bij te dragen aan sterke, leefbare gemeenschappen waar mensen zorgen voor elkaar en hun omgeving: een belangrijk stuk burgerschapsvorming. Leren in natuur laat zien dat leren overal kan plaatsvinden, ook buiten het gebouw. Maar ook binnen kan de natuur worden ingezet als lesmateriaal – denk aan biologieles met echte bodemonsters of kunstlessen geïnspireerd op patronen in bladeren: leren met natuur, dus. Leren over natuur verdiept het begrip van de levende wereld, terwijl leren van natuur uitnodigt om de natuur als collega te zien. Uiteindelijk vloeit dit allemaal samen in leren als natuur: het besef dat wij mensen deel uitmaken van het grotere levende geheel, en dat onderwijs daar ruimte voor mag maken.

Welbevinden

Wat natuurinclusie in onderwijs bijzonder maakt, is dat het direct bijdraagt aan het welzijn van leerlingen: zowel nu als in de toekomst. Neem leren in natuur: studenten die buiten praktijkonderzoek doen naar duurzaam waterbeheer, of leerlingen die in het park een vak volgen. Buiten ontwikkelen blijkt talloze voordelen te hebben: kinderen en jongeren kunnen zich beter concentreren, omdat hun zintuigen op een subtiele manier worden geprikkeld. Het buiten-zijn vermindert bovendien stress doordat de natuur een kalmerend signaal aan lichaam en geest afgeeft. Leerlingen en studenten ervaren rust en beweging, waardoor ze nieuwe informatie beter opnemen en meer plezier beleven aan hun leerproces. Zulke ervaringen zijn een gezond tegenwicht voor de schermtijd die in het dagelijks leven vaak overheerst.

De positieve effecten zijn ook sociaal voelbaar. Groene buitenruimtes brengen kinderen en jongeren van verschillende achtergronden samen, waardoor ze leren samenwerken en elkaar beter begrijpen, en zorgen dat leerlingen en studenten die thuis minder toegang hebben tot natuur deze ervaringen in het onderwijs kunnen opdoen. En omdat de natuur onvoorspelbaar is, leren ze omgaan met onzekerheid en tegenslag: een onverwachte regenbui of een mislukte oogst horen erbij. Zo ontwikkelen ze veerkracht en een realistische levenshouding die niet alleen later, maar juist nu al bijdraagt aan hun welzijn en zelfvertrouwen.

De beweging die natuur opnieuw verweeft met het onderwijs, volgt het ritme van de seizoenen. Er is een tijd om te zaaien en te oogsten, maar ook een tijd om te rusten en op te laden. Juist dat meebewegen geeft de volgende generatie ademruimte: ze ervaren dat vertragen mag, dat groei ook uit rust kan komen – en dat er ruimte is om zichzelf te zijn, ook in hun eigen kijk op natuur. Want niet iedereen beleeft natuur op dezelfde manier: voor de één is dat een grasveld met een rij bomen, voor de ander een bos of een moestuin. Door die diversiteit aan beleving toe te laten, leren leerlingen en studenten dat ook hún perspectief ertoe doet. Zo ontstaat een onderwijspraktijk die verschillen waardeert en benut als voedingsbodem voor dialoog, respect en wederzijds begrip.

Rijke onderwijsomgeving

Een groene onderwijsomgeving verrijkt leerlingen bovendien cognitief: het zorgt bijvoorbeeld voor een rijkere woordenschat bij jonge kinderen. Buiten stellen ze meer vragen, gebruiken ze nieuwe woorden en praten ze met elkaar over wat ze zien en meemaken: 'Is deze tak stevig genoeg om op te klimmen?' of 'Hoeveel kastanjes zitten er aan die boom?' Dankzij dit ervaringsgerichte leren wordt hun taal rijker, gevarieerder en van hogere kwaliteit – je hoort de rijkdom van de natuur letterlijk terug in hun woorden.

Diezelfde rijkdom maakt de natuur continu tot co-leraar, zowel binnen als buiten. Een bos nodigt uit tot uitdagende groepsactiviteiten die samenwerking en vertrouwen versterken, terwijl een wandeling of buitenles ruimte biedt voor bezinning en gesprek. De natuurlijke omgeving biedt zo concrete aanknopingspunten voor leerdoelen als reflectie, sociale verbondenheid en persoonlijke groei. Dit maakt 'diep leren' mogelijk: als je met hoofd, hart en handen leert, beklijft het beter. Bovendien zijn dit precies de vaardigheden die nodig zijn voor de groene banen van de toekomst, die een steeds belangrijker rol spelen in onze economie.

Stap voor stap

Ondanks alle voordelen is het niet altijd makkelijk om met deze benadering van onderwijs aan de slag te gaan. Docenten werken dagelijks keihard om leerlingen en studenten het beste mee te geven. Tegelijkertijd merken velen dat de druk van leerdoelen, toetsen en volle roosters weinig ruimte laat om ook menselijke natuur en welzijn een plek te geven. Daarom groeit de behoefte aan ruggeleuning, inspirerende netwerken en lerarenopleidingen die helpen dit gedachtegoed praktisch vorm te geven. Ook onderwijsinstellingen, besturen en overheden kunnen bijdragen door breder te kijken naar wat goed onderwijs is. Naast leerresultaten kunnen ook welzijn en brede ontwikkeling een plek krijgen in hoe we kwaliteit waarderen, waardoor de focus niet alleen op de meetbare, maar ook op de merkbare resultaten komt te liggen. Zo wordt zichtbaar hoeveel waarde er schuilt in onderwijs dat natuur en welzijn verbindt.

Tegelijkertijd groeit de beweging stap voor stap. Juist dat maakt het waardevol: onderwijsinstellingen en docenten kunnen het op hun eigen manier en tempo vormgeven. Vaak begint het klein – een economieles buiten, een middagje vergroenen met de buurt. Zulke ervaringen maken direct een verschil en werken aanstekelijk: ze inspireren anderen om ook stappen te zetten.

Toekomst

Je kunt de natuurinclusieve beweging in onderwijs zien als een myceliumnetwerk: een levend ondergronds web dat alles verbindt. Via dat netwerk delen bloemen, planten en bomen – én alle andere levensvormen – voeding, kracht en wijsheid, zodat iedereen tot bloei kan komen. Zo kan ook ons onderwijs uitgroeien tot een plek waar kinderen, jongeren en docenten samen wortelen en zich ontwikkelen tot hun meest veerkrachtige en zelfbewuste vorm.

En daarmee bouwen we stap voor stap aan onderwijs...

- waar jongeren opgroeien tot betrokken burgers die zorg dragen voor hun omgeving en lokale gemeenschap, en burgerschap als iets natuurlijks beleven;
 - waar groene en levendige leeromgevingen vanzelfsprekend zijn – niet alleen schoolpleinen en tuinen, maar ook gebouwen, gevels en daken die ruimte bieden aan menselijke én niet-menselijke natuur;
 - waar alle vakken en leergebieden verrijkt zijn door de natuur, en leren plaatsvindt in samenhang met de wereld om ons heen;
 - waar onderwijsinstellingen structureel samenwerken met maatschappelijke partners en het lokale bedrijfsleven – omdat de wereld het klaslokaal is;
 - waar bestuurders, schoolleiders en docenten het welzijn van leerlingen, studenten en de planeet vooropstellen, en bevoegde leidinggeven vanuit een heldere missie en visie waarin duurzaamheid en werkgeluk samenkomen;
 - en waar iedere leerling en student tot zijn recht komt, omdat leren ruimte biedt aan hoofd, hart én handen.
- Onderwijs als basis voor een duurzame samenleving waarin welzijn, burgerschap en verbondenheid centraal staan.

Tijd om aan de slag te gaan. Doe je mee?



Tekst door Nadine Maarhuis in opdracht van het domein Onderwijs in het Collectief Natuurinclusief. Met dank aan de geïnterviewden en meedenkkraft vanuit het domein onderwijs in het Collectief Natuurinclusief.

Nadine Maarhuis (1994) is socioloog, journalist, schrijver en hoofdredacteur van We Are The ReGeneration. Haar laatste boek 'De groene actiegids: Zelf bijdragen aan een ecologische samenleving' verscheen eind 2024 bij Uitgeverij De Geus.

Bronvermelding

'Autonomic Nervous System Responses to Viewing Green and Built Settings: Differentiating Between Sympathetic and Parasympathetic Activity', National Library of Medicine: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26694426/>

'Inspiratiedocument. Zes uitgangspunten voor natuurinclusie in het onderwijs', Collectief Natuurinclusief: <https://static1.squarespace.com/static/651e96d2bea9426ffb7d0307/t/68347b2576b343383bf64db2/1748269873363/Inspiratiedocument.pdf>

'Natuur als therapie bij adhd: literatuurstudie, interviews met deskundigen, en empirisch onderzoek', A.E. van den Berg. WUR: <https://research.wur.nl/en/publications/natuur-als-therapie-bij-adhd-literatuurstudie-interviews-met-desk>

'Nature as Co-teacher. The supportive function of nature for early childhood language education', J. Prins. Hogeschool Leiden: <https://www.hsleiden.nl/media/4436>

'Startnotitie natuurinclusief onderwijs: Een theoretische basis', Collectief Natuurinclusief: https://www.natuurcollege.nl/wp-content/uploads/2024/03/Startnotitie-Natuurinclusief-Onderwijs_eindversie.pdf

Verder zijn de volgende mensen voor dit narratief geïnterviewd:

Anna Vanderveen (Collectief Natuurinclusief); Cyrille van Bragt (Yuverta); Dieuwke Hovinga (Hogeschool Leiden); Jelle Ris (Nivoz); Loes van 't Hoff (Hogeschool Leiden); Nienke Martinus (Collectief Natuurinclusief)

