



Landelijk
Mindfulness Symposium
2020

Workshop 2.3 Kennismaken met Klimaatgesprekken

Victor van Oeijen, Jeanine Pothuizen, Lynn Vangheule

Overheden, bedrijven en individuen zetten zich overal ter wereld in om klimaatverandering tegen te gaan en duurzamere samenlevingen te realiseren. Maar verandering gaat langzaam en is lastig. Terwijl de wetenschap helder is: het klimaat zal steeds ingrijpender onze samenleving ontwrichten, tenzij we snel en veel veranderen. Steeds meer mensen worden zich hier van bewust en zonder handelingsperspectief kunnen negatieve gevoelens als angst, machteloosheid en apathie gemakkelijk de overhand krijgen. KlimaatGesprekken biedt een gedragsveranderingsmethode die deelnemers helpt bewegen van zorg naar actie. Daarbij wordt gebruik gemaakt van inzichten uit de klimaatpsychologie. We blijven weg bij verhalen van doem en schuld en helpen deelnemers reflecteren op hun eigen intrinsieke waarden om vandaaruit op een positieve manier in beweging te komen.

Onder begeleiding van een ervaren klimaatcoach gaan we in kleine groepen van max. 10 deelnemers kennis maken met de KlimaatGesprekken methodiek. We spelen het Klimaatimpact spel om meer gevoel te krijgen voor de cijfers, we delen met elkaar hoe we ons zelf verhouden tot klimaatverandering en we geven tips voor het voeren van een goed klimaatgesprek.

Deze workshop sluit aan bij de ochtendlezing door Femke Merkx.