



Denk niet zo moeilijk, Doe gewoon groen!

Dr. Gerdien de Vries

Museum Jeugd Universiteit

6 maart 2022





Waar gaat het vandaag over?

Groen doen!

- Wat is groen gedrag eigenlijk?
- Waarom doen mensen groen?
- Waarom is het moeilijk om groen te doen?
- Hoe kun je groen-doen makkelijker maken?

Maar eerst: wie ben ik?

Universitair Hoofddocent TU Delft

Wetenschapper

Directeur Energietransitie Lab

Klimaatpsycholoog

Uhm...wat?

Jinek @Jinek_RTL · 5 okt. ...

De energieprijzen zijn de afgelopen maanden explosief gestegen. Wat betekent dat voor de mensen thuis? Bij **Jinek** praten we erover met Antoinette Hertsenberg, @BenWoldring, @GerdienDeVries en @HansNijenhuis. #jinek



Gerdien de Vries, Hans Nijenhuis, Antoinette hertsenberg & Ben Woldring

22 9 11

Zessie666 @lamunique66 · 5 okt. ...

Klimaatpsycholoog: voor de gewone man die straks verplicht wordt om idiote aanpassingen aan z'n huis moet gaan doen en elektrisch moet gaan rijden? 🤔

1

LudoGe @Ludoge · 5 okt. ...

Klimaatpsycholoog 🤔😂😂😂 #jinek

1

Reets @KretserK · 5 okt. ...

Klimaatpsycholoog. Gekker wordt het niet. #jinek

1

Marjolein @BlueBiscuit9 · 5 okt. ...

#jinek Een **klimaatpsycholoog**. Is dat iemand die je uit de put praat als je met een wollen vest en dubbele sokken op de bank zit na 't ingaan van de nieuwe energietarieven?

1

Harald @haralddekruif · 5 okt. ...

Migratie is een verdienmodel, maar Klimaat zeer zeker ook. Een **klimaatpsycholoog**, hoe verzin je het? #waanzin #hysterisch #wewordensteedsgekker #doeffnormaal #jinek

2

Peter van Brakel @PetervanBrakel1 · 5 okt. ...

Ik hoor net de aankondiging bij **#Jinek** van een **#klimaatpsycholoog** Zelfbenoemde deskundige? Ik ben benieuwd!

1

Fonzie @fonzar1962 · 5 okt. ...

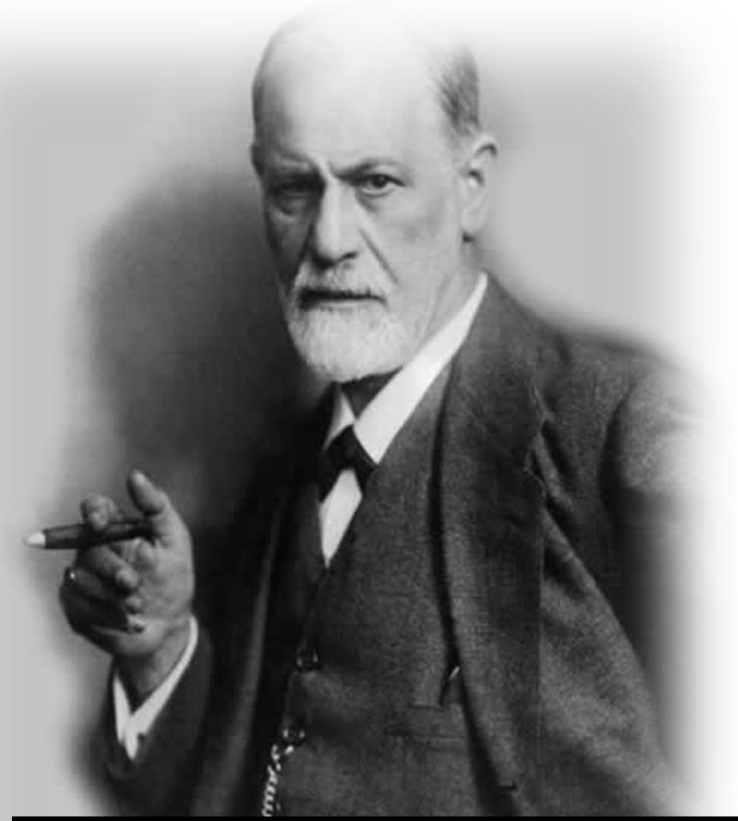
BREAKING !!! Bij **#Jinek** zit een **#klimaatpsycholoog** aan tafel 🤔

1

Pietrick Veenstra @PietrickV · 5 okt. ...

Ik, weet wat ik later wil worden als ik groot ben. **#klimaatpsycholoog**. Welke opleidingen zijn daarvoor? Weer wat nieuws geleerd. #zucht #Jinek

3 1



Sigmund Freud
(1856 -1939)



Klimaatpsychologie

Bestudeert gedrag rondom **klimaat- en energie** gerelateerde zaken en de redenen voor dat gedrag.

Met **psychologische** theorieën en methoden.

Studie van groen gedrag!

Wat is groen gedrag?



Duurzaamheid

Rekening houden met wat mensen, die na jou leven, nodig hebben zodat ook zij fijn op deze aarde kunnen leven!

Waardering voor andere mensen en alles wat in de wereld om je heen bestaat.

Blijde mensen op een gezonde aarde

Er is altijd genoeg voor iedereen



Hoe kun je duurzaam leven?

- De verwarming lager zetten
- Minder vlees eten
- Niet te lang douchen
- Lichten uitdoen
- Afval scheiden
- Minder plastic kopen (boodschappen, speelgoed)
- Met de fiets naar school
- Nog meer...



Pak Werkblad 1 erbij!



Waarom doen mensen groen?



Klimaatverandering



<https://www.milieucentraal.nl/klimaat-en-aarde/klimaatverandering/wat-is-klimaatveranderig/>
<https://www.youtube.com/watch?v=z5qYDfRJTxw>

Mensen zijn oorzaak en oplossing!



Motivatie (van binnenuit en van buitenaf)



Hoe zit dat bij jou?

- De verwarming lager zetten
- Minder vlees eten
- Niet te lang douchen
- Lichten uitdoen
- Afval scheiden
- Minder plastic kopen (boodschappen, speelgoed)
- Met de fiets naar school
- Nog meer...



Pak Werkblad 2 erbij!

Waarom groen doen moeilijk is



Gemakzucht

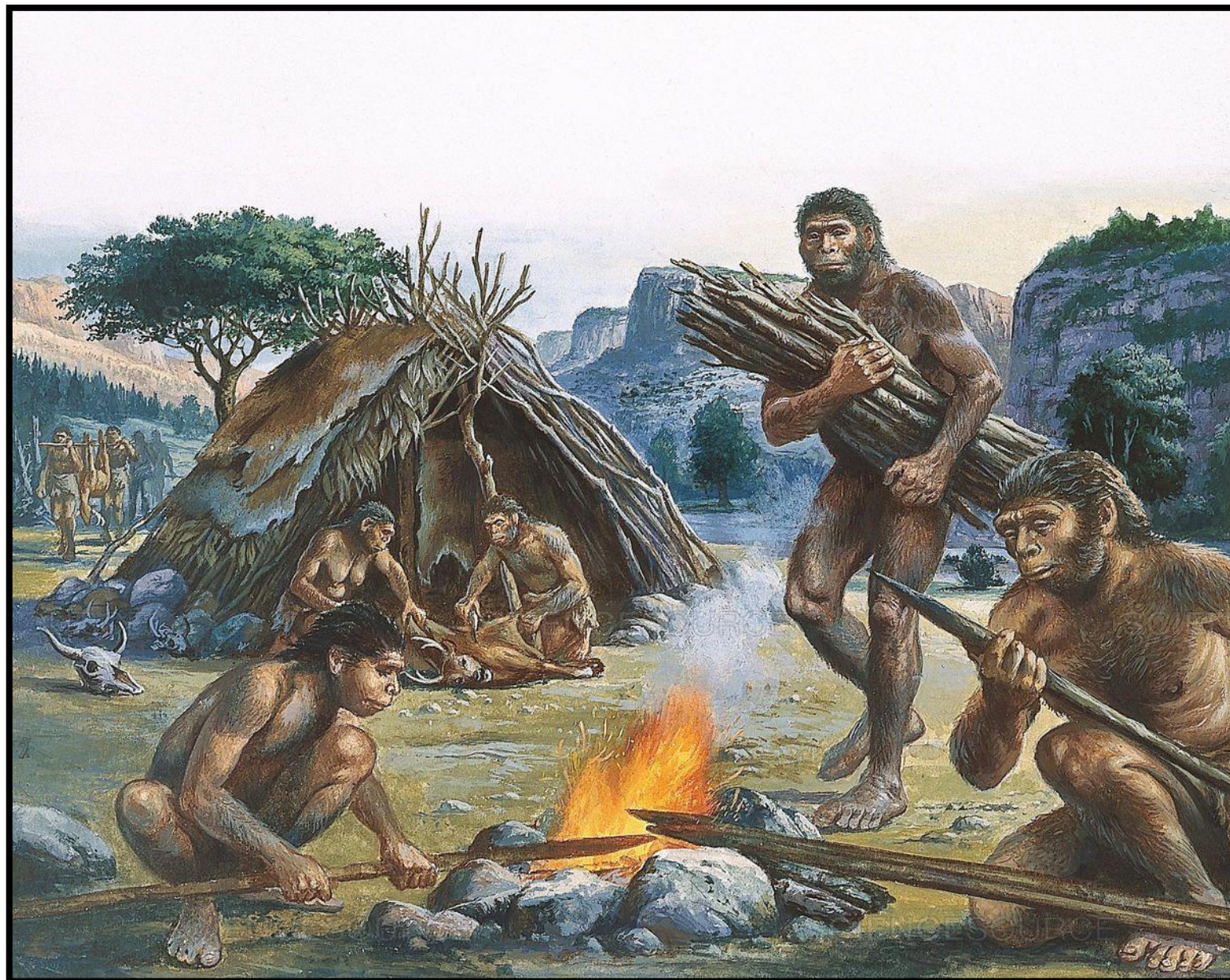
- Stukje geschiedenis
- Zeven zondes



Gravure: Hieronymus Wierix

Stelling

**Meisjes zijn luier dan
jongens**



<https://www.pinterest.com/pin/38843615524766572/>

Automatisch lekker lui zijn!

- All inclusive vakantie
- Flitsbezorgers
- Ouders 😊



SNEL wat kilo's
AFVALLEN
zonder gedoe?

Lees mijn tips!

VEERTIGPLUSMUS.NL



Zonnepanelen
Zonder Gedoe **Nieuw!**

Nu
€ 500*
cashback



Abonnement zonder gedoe

Geen papierwerk meer, ondertekenen je contract met IDEAL.

→ →

Kies je abonnement Ondertekenen met IDEAL Klaar!

Abonnement zonder gedoe is onderdeel van

de belsimpel methode™

**Direct Aanvragen
geen Gezeur of
Gedoe met BKR**

Bedrag	Looptijd	Kosten	Terug te betalen
€ 100	30 dagen	€ 1,08	€ 101,08
€ 700	45 dagen	€ 11,39	€ 711,39
€ 1.500	62 dagen	€ 25,11	€ 1.525,11

Snel Geld Lenen Zonder Gedoe



Groen doen kost vaak moeite...
Niet groen doen is vaak gemakkelijker



Nu jullie:

Welke groene gedrag wil je wel doen, maar doe je niet omdat het teveel gedoe is?

Pak Werkblad 3 erbij!

COGNITIEVE DISSONANTIE...

Gedachte:

Autorijden is slecht
voor het milieu!

Gedrag:

Ik rijd auto...



Hoe los je die spanning op?





Hoe kun je groen-doen makkelijker maken?



Nudging





Maak een reisplan

- Waar wil je heen (hoe groen wil je doen?)
- Waar ben je?
- Welke obstakels – gedoe-verwacht je?
- Hoe ga je om met de obstakels? Ga je er omheen of overheen?
- Stel het je voor in je hoofd, maak concreet: als ik A doe, doe ik daarna B (intentie implementatie)



@GerdienDeVries



Gerdien de Vries

