

No digamos que todo va a ir bien

y otros consejos para hablar de la crisis climática con los niños y las niñas

Frida Berry Eklund

Autora y especialista en comunicación sobre el clima

Our Kids' Climate/Våra barns klimat

Suecia

Los niños y las niñas ya están al tanto de las malas noticias sobre el cambio climático: oyen hablar de ello en los telediarios, en clase y en las conversaciones cotidianas. También se dan cuenta de que las personas adultas no están haciendo lo suficiente para solucionarlo. En una encuesta realizada en Reino Unido a 2000 niños, niñas y adolescentes de entre 8 y 16 años, casi las tres cuartas partes aseguraron que les preocupaba la situación del planeta, 1 de cada 5 dijo haber tenido pesadillas relacionadas con el cambio climático y el 40 % declaró que no confiaba en la capacidad de las personas adultas para resolver el problema (Atherton, 2020).

En otro estudio realizado en diez países con 10 000 personas de entre 16 y 25 años de edad, el 75 % dijo tener miedo al futuro debido al cambio climático y aproximadamente el 65 % culpó al gobierno de estar fallando a la población joven y mintiendo sobre los efectos de sus actos (Marks y otros, 2021).

Sin duda, la información sobre el cambio climático (con la ansiedad que la acompaña) llega también a los niños y las niñas más pequeños, así que quienes los cuidan tienen que ayudarlos a procesarla. Pero ¿cómo hablarles del cambio climático sin generarles un sentimiento de impotencia, apatía o incluso gran ansiedad?

Según la investigación que he llevado a cabo en Suecia para el libro *Prata med barn om klimatet* ([Habla del clima a los niños y las niñas](#)) y mi experiencia en el campo de la comunicación sobre el clima y el movimiento global de padres y madres activistas, he llegado a la conclusión de que tenemos

que empezar a hablar del cambio climático desde muy temprano, pero de formas adecuadas para cada edad. El principal motivo es que, tal como he explicado, es muy probable que los niños y las niñas ya estén pensando en ello.

Deberíamos animar a los más pequeños a jugar en entornos naturales y demostrarles que valoramos su conexión con las plantas y los animales; entre los 7 y los 8 años, ya pueden empezar a escuchar información más compleja, transmitida con delicadeza, pero siempre de manera que vean una relación clara con sus propias vidas y las comunidades locales.

Veamos, a continuación, diez consejos para hablar sobre cuestiones climáticas con las niñas y los niños.



Diez consejos para hablar sobre cuestiones climáticas con los niños y las niñas

Qué no hacer:

1

Exponer a los niños y las niñas muy pequeños a noticias sobre el clima pensadas para un público adulto. Ver fenómenos meteorológicos extremos y otras tragedias humanas puede ser aterrador, especialmente a edades muy tempranas. Es mejor buscar noticias, cuentos o libros que hablen del tema de formas adecuadas para ellos.

2

Decir que las próximas generaciones resolverán la crisis climática. Los próximos años son cruciales. Hay que actuar mucho antes de que la infancia de hoy se haga mayor y pueda votar. Son las personas adultas quienes tienen que tomar las riendas.

3

Decir que todo va a ir bien. Las futuras generaciones verán cambios drásticos en el mundo que les rodea conforme crezcan y tienen derecho a obtener las herramientas, los conocimientos y el apoyo necesarios para atravesar lo que les espera en el futuro. Negar el problema puede ocasionar que los niños y las niñas sientan que no se les escucha o que se les miente.

Qué hacer:

4

Mantener la calma y buscar palabras sencillas. Hay que decir la verdad con ecuanimidad, usando un lenguaje apropiado para la edad. Las niñas y los niños más pequeños no entienden los datos científicos complejos. En cambio, conviene hablar del clima mediante historias de personas, lugares, entornos naturales y animales con los que sientan afinidad: ¿Por qué el zorro ártico está desapareciendo en el norte de Suecia? ¿Deberíamos ir al colegio en bicicleta? ¿Por qué los gusanos son importantes?

5

Transmitir un mensaje de esperanza. Probemos con frases como: "Sí, el cambio climático es un problema grave, pero lo hemos creado los seres humanos, así que también podemos solucionarlo. De hecho, ya sabemos qué hay que hacer para mejorar las cosas, pero se necesita el esfuerzo de muchas personas juntas para conseguirlo". También es útil hablar de las personas, las organizaciones y las empresas que están tomando medidas.

Hablar de soluciones. Cuanto menor sea la edad, más importante es hablar de soluciones. Hay que buscar siempre noticias positivas en nuestro entorno, compartirlas con los pequeños y preguntarles cómo les apetece colaborar.

Contribuir a la causa juntos. Conviene proponer varias opciones, como participar en recogidas de basura en la zona, buscar una organización ecológica con la que colaborar o escribir a las instituciones locales sobre la necesidad de mejorar los carriles bici. La acción en favor del clima ayuda a los y las jóvenes a gestionar la ansiedad, además de generar empoderamiento y hacer que se sientan capaces de actuar. Asimismo, es positivo normalizar los hábitos sostenibles y la ciudadanía activa desde una edad temprana.

Conectar con la naturaleza. El contacto con la naturaleza es beneficioso para la infancia desde un punto de vista emocional y cognitivo y, además, desempeña un papel clave para que se adopten hábitos positivos para el medio ambiente en fases posteriores de la vida. Conviene practicar a diario actividades como pasear por el bosque con el perro, ir al parque o cuidar plantas en un macetero en la ventana, para que estar al aire libre forme parte de la cotidianidad. También es útil enfatizar que el ser humano forma parte de la naturaleza y animar a los niños y las niñas a tratar de evitar el sufrimiento de los animales.

6

7

8

9

Procesar nuestros propios sentimientos.

Permitámonos sentir el efecto que nos provocan los datos científicos y poner nombre a nuestras emociones. Compartamos nuestros temores más profundos con personas adultas afines, para evitar proyectar demasiada negatividad al hablar con los niños y las niñas. No olvidemos que los sentimientos difíciles son un indicio saludable de que hemos comprendido la situación y pueden ayudarnos a sacar fuerza para actuar en primera persona.

Dejar espacio para las emociones de las niñas y los niños.

Por lo general, nacen ya con una tendencia a proteger el planeta para vivir en un mundo feliz y saludable. Dejemos que expresen sus preocupaciones por la naturaleza, los animales y el planeta. Por ejemplo, utilizando dibujos para ayudarlos a plasmar lo que sienten. Aunque parezca paradójico, al procesar las emociones y la información juntas, las personas de todas las edades tendrán más esperanza y más energía para seguir trabajando por un cambio positivo.

10



Foto: Wojciech Waskiewicz

↑ Para la Noche de los Museos del día de la madre, el colectivo polaco de padres y madres por el clima organizó una exposición al aire libre de OurOtherMother, con debates y talleres y actividades infantiles de creación de juguetes reciclados y jardinería. Varsovia (Polonia)

➤ Para la versión en línea de este artículo: [espacioparalainfancia.online/2021-28](https://www.espacioparalainfancia.online/2021-28)

Bibliografía

Atherton, R. (3 de marzo de 2020). "Climate anxiety: Survey for BBC Newsround shows children losing sleep over climate change and the environment". *BBC Newsround*. <https://www.bbc.co.uk/newsround/51451737#comments>

Berry Eklund, F. (2020). *Prata med Barn om Klimatet*. Natur & Kultur. <https://www.nok.se/titlar/akademisk-psykologi2/prata-med-barn-om-klimatet/>

Marks, E.; Hickman, C.; Pihkala, P.; Clayton, S.; Lewandowski, E. R.; Mayall, E. E.; Wray, B.; Mellor, C.; y van Susteren, L. (2021). "Young people's voices on climate anxiety, government betrayal and moral injury: a global phenomenon". *Pendiente de impresión en The Lancet*. <https://ssrn.com/abstract=3918955>