

# Skilling up for power down

*Lessenreeks: meer veerkracht met minder energie*

## DEEL 7: gemeenschap en veerkracht.

---

### 1. Situering

Het onderdeel over veerkracht en gemeenschap is eerste van drie onderdelen met 'hart' als invalshoek. Na het bekijken van het belang van veerkracht in de gemeenschap komt dan nog deel 8 rond psychologie van verandering en deel 9 waar alles in actie wordt omgezet.

Binnen transitie gaat het over opbouwen van veerkracht binnen een gemeenschap om het hoofd te kunnen bieden aan de uitdagingen van piekolie en klimaatverandering en in 1 beweging een mooiere toekomst te dromen. Wat die veerkracht betekent voor een gemeenschap is het onderwerp van deze sessie.

Als je met een groep dit pakket doorneemt dan zijn dit de **doelstellingen**:

#### **Deel 1 bestaat uit:**

- Situering (p.140)
- Onderdelen van de sessie (p.141)
- Werkvormen (p.142)
- Achtergrondinformatie (p. 150)
- Inspiratie (beelden, quotes, voorbeelden...)(151)

- de deelnemers begrijpen het concept veerkracht
- de deelnemers zien het belang van een veerkrachtige gemeenschap in kader van de uitdagingen rond piekolie en klimaatverandering
- de deelnemers kunnen een aantal indicatoren van lokale veerkracht herkennen
- de deelnemers kunnen ideeën uitwerken die de lokale veerkracht kunnen versterken

## 2. Onderdelen van de sessie

De aangegeven timing is een inschatting, in realiteit zal de duur afhankelijk zijn van de grootte van de groep, het aantal vragen, de inbreng van de deelnemers en je eigen manier van werken.

	#	Onderdeel	Korte omschrijving	Werkvorm
20-25 minuten	7.1.	Kennismaking/intro (p.147)	Ervaren hoe veerkracht in elkaar zit	Groepsoefening de veerkracht van het web
25-35 minuten	7.2.	Introductie, de power down show deel 2. (p.148)	Het belang van de gemeenschap	Bekijken aflevering 2 van de Power Down show
20-25 minuten	7.3.	Introductie veerkracht denken (p.149)	Toelichting bij veerkracht (theoretische achtergrond)	Powerpoint
20-30 minuten	7.4.	Veerkracht en lokale gemeenschap (p. 150)	Zoeken naar indicatoren van veerkracht in een gemeenschap	Groepsoefening
20 minuten	7.5.	Versterken van veerkracht (p. 152)	Initiatieven die de lokale veerkracht kunnen vergroten	Groepsoefening
10-15 minuten	7.6.	Afronding en evaluatie (p. 153)	Stappen die kunnen gezet worden en evaluatie van de sessie	Afronding en rondje

### 3. Werkvormen.

#### # 7.1. Kennismaking/inleiding.

Oefening: de veerkracht van het Web (gebaseerd op transitiehandboek, p. 76-77)

Maak groepen van maximaal 15 deelnemers (minimaal 6, ideaal is rond de 12). Als er meer dan 15 zijn, splits ze dan in kleinere groepen. Laat ze in een gesloten schouder- aan-schouder-cirkel gaan staan.

Benodigdheden Je hebt een grote bol touw per groep nodig en een sticker per persoon in elke groep, met daarop de namen van verschillende elementen van een bosrijk gebied. Deze stickers worden vooraf gemaakt met duidelijk leesbare letters.

Hier in België gaat het onder andere om eik, bodem, heg, das, worm, muis, mos, uil, humuslaag, vos, merel, moeras, hazelaar, tor, paddenstoel, bramen, enzovoort. Je kunt deze lijst aanpassen aan de soorten van je eigen gebied.

Instructies Deze oefening speelt zich af in een bos (het mooiste is om de oefening echt buiten in een bos te doen, maar dat is niet altijd mogelijk, dus vraag de deelnemers in dat geval om zich voor te stellen dat ze in een bos zijn).

Deel de stickers uit en laat de mensen hun eigen sticker op hun borst plakken. Daarna wordt de bol touw binnen de cirkel kriskras doorgegeven met als enige regel dat wanneer je de bol aan iemand doorgeeft, je duidelijk moet maken wat je relatie met de ander is. Terwijl de bal het web weeft kun je steeds extra informatie geven over de ecologie van het bos, die relevant is voor de relatie tussen de verschillende elementen.

Na enige tijd ontstaat er een complex web van draden dat iedereen met elkaar verbindt. Nadat het klaar is vraag je iedereen om de touwtjes strak aan te trekken en de andere hand op het web te leggen en te voelen hoe sterk het is. Je zult zien dat iedereen heel trots is op het web dat ze geweven hebben, en tevreden over zichzelf. Nadat het web klaar is kun je het volgende vertellen:

*'In de natuur bestaat dit web van relaties in alle ecosystemen en het is de diversiteit van relaties die ervoor zorgt dat deze ecosystemen zo goed werken. Dit soort webstructuren zijn heel complex en veerkrachtig, maar tegelijkertijd heel kwetsbaar. Wij mensen grijpen op eigen risico in in die structuren, want we weten nooit echt wat de effecten zullen zijn, omdat we te weinig inzicht hebben in de complexiteit ervan.*

*Hoewel deze oefening gaat over een bos, had het net zo goed kunnen gaan over een stad met de slager, de kerk, de scholen, de boeren enzovoort. Voordat er goedkope olie bestond waren onze economieën en gemeenschappen afhankelijk van deze netwerken van wederkerige relaties en verbanden. Goedkope olie heeft ons de twijfelachtige 'luxe' gegeven te denken dat we zonder deze relaties kunnen leven. De meeste mensen hebben vandaag de dag geen idee meer wie er eigenlijk naast hen woont. Wat het leven na goedkope olie nodig zal hebben, en wat de kern is van gemeenschap en veerkracht, is het opnieuw opbouwen van die relaties.*

*Transitie gaat over de wederopbouw van dit complexe web van heilzame relaties. Dit spel is een goed instrument om te laten zien wat we hebben weggegooid en wat goedkope olie voor ons doet.'*

Je kan dan even om de cirkel heen lopen en duidelijk maken dat sommigen meer touwtjes in handen hebben dan anderen.

*'Dit zijn de sleutelementen van dit ecosysteem. Als we ingrijpen in dit systeem, doen we dat op eigen risico. We zouden een boer kunnen zijn die besluit om de eiken om te hakken en het moeras droog te leggen. We zouden ook een projectontwikkelaar kunnen zijn in een stad met een sterke lokale economie, die beslist vlak buiten een stad een grote supermarkt te bouwen. In beide gevallen hebben*

*we vaak niet onmiddellijk zicht op de gevolgen ervan. Wat gebeurt er als we de eiken omhakken (de persoon met de eiken laat de touwtjes los)? We zien dat het weinig direct verschil maakt. Dus laten we vervolgens het moeras droogpompen (moeraspersoon laat touwtjes los). En opnieuw zien we weliswaar wat verslechtering, maar niet veel.*

Daarna laat je, in de vorm van een plausibel verhaal, ('toen deed de boer dit, en daarna dat...') de mensen één voor één de touwtjes loslaten.

Op een bepaald punt stort het web in. Maak duidelijk dat je niet kunt weten wanneer dit zal gebeuren. *'Je bouwt een grote supermarkt buiten de stad en drie jaar later ligt de oude winkelstraat er verlaten bij. In feite hadden mensen vóór de goedkope olie goed uitgedachte ontwerpen en netwerken van wederkerige relaties om de boel te laten draaien. Sinds de komst van de goedkope olie zijn we dat allemaal kwijt. Het zal nodig zijn om ze opnieuw op te bouwen.'* Voor een extra dramatisch effect kun je een schaar gebruiken en de touwtjes doorknippen! Dit is een zeer sterke oefening om mensen kennis te laten maken met de beginselen van transitie, veerkracht en hoe goedkope olie onze samenleving heeft veranderd.

## # 7.2. Wat is veerkracht.

Hoewel individuen veel kunnen doen is het belangrijk om de grote uitdagingen als gemeenschap aan te pakken. Zelfs iemand die een goed geïsoleerd huis heeft met zonnepanelen en een eigen groentetuin zal in tijden van crisis afhankelijk zijn van anderen.

De voorbije decennia lag sterk de nadruk op individuele ontplooiing en onafhankelijkheid. De indruk wordt gewekt dat een mens prima op zijn eentje kan leven en anderen niet echt nodig heeft. Deze tendens is maatschappelijk ook te zien in de toename van het consumentisme, het verkleinen van de huishoudens en de grote toename van het aantal alleenstaanden. De keerzijde van de medaille is de toename van eenzaamheid en isolement, de grote groei van de groep mensen met psychische problemen zoals burn-out, depressie en slaapproblemen.

Bij een tegenslag op persoonlijk of maatschappelijk vlak blijkt echter snel dat een sociaal vangnet onontbeerlijk is. Ter illustratie hiervan kan je de tweede aflevering van de Power Down show met de groep bekijken.

De uitzending gaat in op het belang van de gemeenschap en het delen van vaardigheden. Een redelijk uitgebreid deel van de uitzending gaat over een Iers woonproject (Cloughjordan). Daar is de bouw gestart van een soort eco-village met belangrijke sociale, technische en ecologische uitgangspunten. Ook voeding, lokale economie en transport zullen in het nieuwe dorp op een andere manier worden georganiseerd.

Ter info: ook in ons land staan een aantal vergelijkbare projecten in de steigers. Zo is de stad Ieper gestart met de ontwikkeling van een sociale en ecologische wijk. Het kan interessant zijn bij de voorbereiding van deze sessie even uit te zoeken hoe het staat met dit en andere projecten. (Google op Ieper, duurzame wijk, de vloei)
--

Na het bekijken van deze uitzending kan je met de groep nog enkele vragen overlopen;

- wat vonden jullie van de ideeën in de uitzending?
- hoe zou je de veerkracht inschatten van de wijk waarin jezelf woont?
- zou je kunnen/willen leven in een duurzame wijk zoals in Cloughjordan?

### # 7.3. Wat is veerkracht.

Na de oefening en de aflevering van de Power Down show zullen de deelnemers wellicht voldoende aanvoelen wat veerkracht betekend. Je kan dus kiezen of je het nodig vindt om de volgende meer theoretische toelichting bij het concept te gebruiken.

Als je dit onderdeel niet gaat gebruiken in de sessie is het zeker wenselijk dit zelf grondig door te nemen ter voorbereiding.

Voor dit onderdeel kan je de presentatie gebruiken die je kan vinden op de transitie-site. (titel: SkillingUpo8-veerkracht), de tekst hieronder is een hulpmiddel bij de presentatie.

Veerkracht is het vermogen om ook onder of na moeilijke omstandigheden goed te functioneren en te groeien. Het is Engels woord 'resilience' maakt duidelijk dat het ook over verder groeien gaat en niet alleen over het zich weer oprichten. Resilience als het **doorgroeivermogen** van kinderen en volwassenen of systemen. Leven of werken vanuit veerkracht leidt tot een ander perspectief op problemen. Het gaat niet alleen om het verbinden van wonden of het plakken van pleisters, maar vooral om het vertrouwen in het gezonde deel rondom de wonde. De aandacht gaat uit naar vijf elementen:

1. De ervaring van **gedragenheid** door één of meer anderen: deel te zijn van een groter en veilig geheel
2. Het vermogen om **zin(-geving)** in het leven te ontdekken
3. **Vaardigheden** waarmee je grip hebt op je leven
4. Een gevoel van **eigenwaarde**
5. **Humor** en plezier om zaken te relativieren.



..... + een persoonlijke plek waar je dromen, verdriet of plannen opbergt en koestert

Het idee om de bouwstenen van veerkracht benadering voor te stellen als een te bouwen huisje ("casita") groeide in Chili.

In het "huis" vertegenwoordigt elke kamer een kans om veerkracht uit te bouwen, een domein voor mogelijke actie. De inrichting van de kamers verschilt per situatie.

De grond waarop het huis staat bestaat uit de basisbehoeften van een mens. De ondervloer richt zich op gedragenheid in sociale relaties. De eerste verdieping bestaat uit zingeving: kan ik

betekenis zien, zin en samenhang ontdekken. De kamers op de eerste verdieping bestaan uit vaardigheden om ergens een verschil te kunnen maken, uit gevoel voor eigenwaarde en gevoel voor humor. Dan is er nog een "rommelzolder", dat is de ruimte voor andere ervaringen. **Download het model van het huis.**

Veerkracht is een manier van kijken en een manier van ordenen. Bij het kijken zoekt men steeds naar wat er al goed gaat, waar groeikansen liggen en wat een persoon, groep, wijk of gemeenschap nodig heeft om te functioneren.

En met behulp van het beeld van het huis met de verschillende kamers kan men sneller op het spoor komen op welk vlak een discussie zich afspeelt of een ontwikkeling gewenst is.

Veerkracht is een zeer belangrijk element bij ecosystemen en hangt daarbij ook samen met het concept van biodiversiteit. Elk ecosysteem (een bos, een moeras, een koraalrif,...) heeft een bepaalde mate van complexiteit en diversiteit. Dit heeft te maken met het aantal soorten (van bacteriën tot zoogdieren) die binnen het ecosysteem leven en de relaties tussen die soorten.

Ecosystemen zijn onderhevig aan verandering van buitenaf zoals lange periode van droogte of toename van vervuiling. Uit onderzoek blijkt dat ecosystemen met weinig diversiteit veel minder bestand zijn tegen externe schokken en dus meer risico lopen om in elkaar te storten.

#### # 7.4. Indicatoren van veerkracht.

We kunnen de wijk of de stad waarin we wonen ook beschouwen als een ecosysteem. Daarbij kan het interessant zijn te bekijken hoe het zit met de veerkracht binnen de wijk. Daarom een oefening waarbij we deze vraag concreet gaan toepassen op de eigen buurt of wijk.

Vraag de mensen om in kleine groepjes te zitten, zoveel mogelijk volgens buurt of wijk. De mensen die dicht bij elkaar wonen vormen dus samen een groepje. Als alle deelnemers uit totaal verschillende plaatsen komen vorm dan willekeurig groepjes van een drietal mensen. Als alle deelnemers uit dezelfde buurt komen deel de groep toch in tot groepjes van 3 tot 4 mensen. Zorg dat elke groep een paar flappen en stiften heeft.

*We weten nu wellicht voldoende wat bedoeld wordt met 'veerkracht van de lokale gemeenschap', nu gaan we dit eens concreet bekijken binnen de buurt of wijk waar we zelf wonen. Jullie zitten nu in groepjes uit een specifieke buurt of wijk. We gaan stapsgewijs een klein onderzoekje doen naar de veerkracht van deze buurt of wijk.*

**STAP 1:** *Eerste vraag: probeer eens na te denken hoe je de veerkracht in een wijk zou kunnen zien of beschrijven. Wat zijn de elementen die volgens jullie wijzen op veerkracht... We zoeken dus 'indicatoren' van veerkracht, nog niet specifiek voor jullie wijk, maar in het algemeen. Noteer enkele termen die volgens jullie van belang zijn.*

Laat de groepen een vijftal minuten praten en noteren, het zou kunnen dat dit voor sommigen een nogal open vraag is die wat moeite kost. Probeer voorlopig niet te veel voorbeelden te geven, dit komt straks. Na vijf minuten vraag je de groepen om de kernwoorden op te sommen. Je kan de steekwoorden op een flap of bord noteren.

Wellicht krijg je een aantal antwoorden in de zin van:

- aanwezigheid van wijk- of buurtcomitee
- openbaar groen (parkjes, banken,...) waar mensen elkaar kunnen ontmoeten
- diversiteit (in leeftijden, culturen, beroepsgroepen,...)
- aanwezigheid van actiegroepen, politieke groepen, 11-11-11 comitee, welzijnsschakel,...

- aanwezigheid van religieuze groepen (parochie, moskee,...)
- contact tussen buren (mensen op straat bij goed weer?)
- wekelijkse markt of boerenmarkt
- gezamenlijke activiteiten (speelstraat, nieuwjaarsdrink,...)
- aanwezigheid van lokale winkels (bakker, kruidenier,...)
- aanwezigheid van jeugdbewegingen en andere verenigingen (KAV, Gezinsbond, sportclubs,...)
- aanwezigheid seniorenclubhuis, jeugdhuis, parochiaal centrum, café of andere ontmoetingsplaats
- aanwezigheid scholen of kinderopvang
- aanwezigheid van cultureel aanbod (bibliotheek, toneelgroep, fanfare, kunstgroepen, ...)
- burendiensten (lenen mensen elkaar makkelijk iets uit, zorgen ze wel eens voor elkaars kinderen, is er een autodeelsysteem, een voedselteam, een letsgroep,...)
- aanwezigheid van jaarlijks groot evenement (wielervedstrijd, kermis, jaarmarkt,...)
- ...

Als er vanuit de groep weinig ideeën komen kan je dit dus zelf gerust aanvullen met voorbeelden van hierboven. Dit onderdeel kan je dus afronden met een (niet volledige) lijst van indicatoren van lokale veerkracht.

**STAP 2:** *We hebben dus nu een lijst van mogelijke elementen die kunnen helpen om ‘veerkracht’ in een wijk te ontdekken. Maar misschien zijn er ook zaken die veerkracht belemmeren. Neem opnieuw een vijftal minuten om met je groep te zoeken naar zaken die de veerkracht belemmeren.*

Op dezelfde manier kan je nu een lijst maken van belemmerende factoren. De uitkomst van het gesprek is niet zo belangrijk, maar vooral dat de mensen samen nadenken over hoe je veerkracht kan invullen.

Hieronder een aantal mogelijkheden, die je kan gebruiken om samen met de input van de deelnemers tot een overzicht te komen.

- weinig ruimte voor voetgangers en fietsers
- grote supermarkt of winkelketen die veel bezoekers van buiten de wijk aantrekt
- aantal huizen afgeschermd met hekkens, bewakingscamera's of 'Hier waak ik' bordjes
- geen parken of openbaar groen
- hoogbouw appartementsblokken
- verdwijnen van buurtwinkels
- inrichting van de wijk in functie van de auto
- ontbreken van openbaar vervoer
- ...

Dit tweede lijstje is misschien wat korter, want het is niet zinvol om alle punten van de eerste lijst te herhalen in negatieve zin.

**STAP 3:** *We hebben nu een eerste idee van een reeks 'indicatoren' die ons kunnen helpen de draagkracht van de eigen wijk in te schatten. We gaan die nu toepassen op de wijken en buurten waarin jullie wonen. Daarom vraag ik om in de groepen te gaan zitten een propere flap te nemen en daarom de naam van je wijk of buurt te noteren. Daaronder trek je een lijn en je noteert aan de ene kant de POSITIEVE indicatoren van je wijk, aan de andere kant de NEGATIEVE factoren van je wijk. Sommige zaken zal je wellicht makkelijk kunnen zien, bijvoorbeeld aanwezigheid van openbaar groen, andere zaken zal je wat moeten inschatten (zeggen de bewoners elkaar goeiendag op straat of kennen de burens elkaar). Het zou zelfs kunnen dat je merkt dat er grote verschillen zijn tussen twee straten van eenzelfde buurt. Besef dat dit geen wetenschappelijke studie is, maar toch wel een manier om een momentopname te maken van je buurt en de aanwezige veerkracht.*

Je kan de groep hier iets meer tijd voor geven, stimuleer de mensen ook om creatief te zijn. Ze kunnen kleuren gebruiken, eventueel tekeningetjes maken enzovoort.

**STAP 4:** Als de groepen klaar zijn dan vraag je elke groep om kort even het 'veerkrachtrapport' van de wijk. Je laat dus 1 iemand van de groep de wijk voorstellen aan de grote groep.

Je kan dit onderdeel afronden met door mensen nog even te laten vertellen wat ze geleerd hebben over de eigen buurt of die van anderen, en of het concept veerkracht nu concreter is geworden.

## # 7.5. Vergroten van veerkracht.

Als laatste onderdeel van deze sessie willen we kijken hoe dit transitiedenken kan toegepast worden in het werk van de lokale groepen. Het is een vervolg op het vorige deel.

We werken daarbij verder op het 'veerkrachtrapport' uit de vorige oefening, met dezelfde groepjes.

*We hebben nu een aantal mogelijke indicatoren voor veerkracht in een lokale gemeenschap, en hebben een eerste snelle inschatting gemaakt van het niveau van veerkracht in de eigen wijk of buurt.*

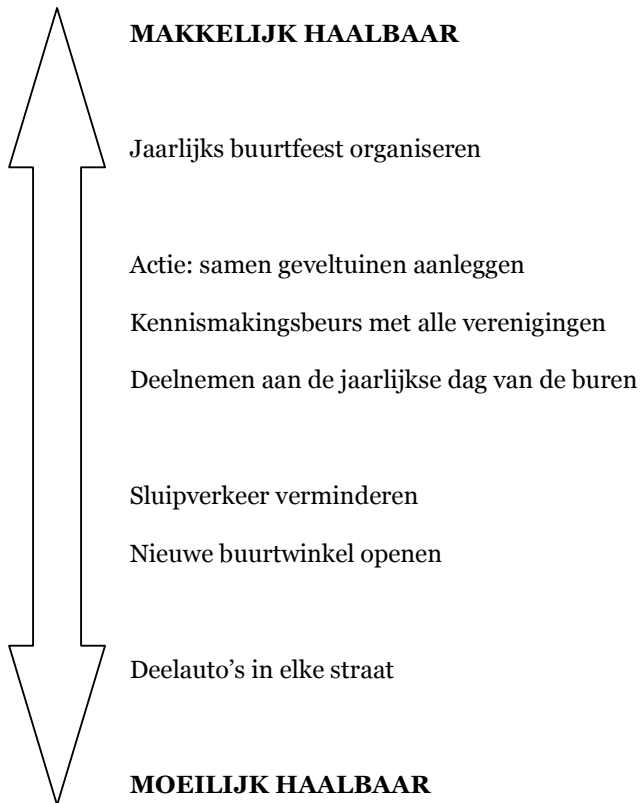
*De volgende stap is om na te denken hoe je de veerkracht binnen je buurt zou kunnen verhogen. De eerste vraag is op basis de analyse een aantal voorstellen of acties te bedenken die de veerkracht kunnen verhogen.*

*Ga in je groepje op zoek naar concrete maatregelen. Schrijf elk voorstel op een post-it (of een stukje papier), en plak de voorstellen op een lijn gaande van makkelijk haalbaar tot zeer moeilijk haalbaar.*

Laat de groepen hier maximum 10 minuten aan werken. Je kan nog een extra element toevoegen, en halverwege vragen dat er 1 iemand van elke groep bij een ander groepje gaat zitten. Dit kan voor kruisbestuiving zorgen van ideeën van de diverse groepen.

Zo kom je wellicht per groep tot een overzicht in de zin van





Na een tiental minuten kan je aan elke groep vragen om het resultaat voor de stellen. De groep kan nog bijkomende suggesties geven.

Het is in kader van deze sessie niet de bedoeling tot een kant en klaar actieplan te komen voor de eigen buurt, maar wellicht maakt deze oefening toch duidelijk dat er mogelijkheden zijn.

## # 7.6. Afronding en evaluatie.

Om deze sessie af te ronden is het belangrijk nog volgende informatie mee te geven.

*Veerkracht is een cruciaal element binnen transitie. Zo leren we van ecosystemen het belang van diversiteit en complexiteit. Ook gemeenschappen doen er goed aan voldoende veerkracht op te bouwen met het oog op de toekomst. We hebben ook gezien dat de voorbije decennia de veerkracht van onze gemeenschappen wellicht eerder is afgenomen dan toegenomen.*

*Binnen transitie is het werken aan veerkracht een essentieel element, waarbij we zeker rekening moeten houden met de psychologie van verandering. Hoe gaan groepen en individuen om met bedreiging, hoe kunnen we daar een positief alternatief voor bieden. Deze psychologie van de verandering is het onderwerp van onze volgende sessie.*

Tijd om te evalueren. Je kan daarbij volgende vragen stellen, en via een rondje iedereen even aan bod laten komen.

### *1. persoonlijke veerkracht?*

*Kan je 1 concreet idee bedenken dat je persoonlijke veerkracht kan verhogen? Meer nog, kan je ook een actie bedenking die je de volgende 24 uur zal uitvoeren om daar iets aan te doen.*

*(hier kunnen mensen verschillende zaken inbrengen, gaande van iets gezonder eten tot regelmatig afspreken met vrienden)*

### *2. veerkracht van je buurt of wijk*

*Zelfde vraag voor de veerkracht in je buurt of wijk. Is er een actie of deel van de veerkracht waar je zelf impact op hebt en wat je zou kunnen gaan doen vanaf nu?*

Om helemaal af te ronden kan je de mensen nog even vragen kort hun evaluatie te geven over de inhoud en de aanpak van deze sessie. Dit hoeft niet perse een rondje te zijn.

## 4. Achtergrondinformatie

### Teksten.

Charlie Edwards, RESILIENT NATION

the *four Es of community resilience*: engagement, education, empowerment and encouragement.

Je kan document downloaden via volgende link: <http://www.continuitycentral.com/feature0687.html>

Ken Webster en Craig Johnson, *Leren van de natuur, inspiratie voor een duurzame toekomst.*

Uitgeverij Jan Van Arkel, 2010, ISBN 978 90 6224 495 9, (zie ook [www.hitte.nu](http://www.hitte.nu))

---

#### Referenties (Resilience Thinking):

WEBSITE: [www.resalliance.org](http://www.resalliance.org) (website of the Resilience Alliance)

GOEDE KENNISMAKING: Walker, B.H. and D. Salt. 2006. *Resilience Thinking: Sustaining Ecosystems and People in a Changing World*. Island Press, Washington, D.C., USA.

DIEPER NADENKEN: Gunderson, L.H. and C.S. Holling (eds). 2002. *Panarchy. Understanding Transformations in Human and Natural Systems*, Island Press, Washington London.

en verder...

[www.ecologyandsociety.org](http://www.ecologyandsociety.org) (website of *Ecology and Society*, formerly *Conservation Ecology*, the electronic journal of the Resilience Alliance)

[www.stockholmresilience.org](http://www.stockholmresilience.org) (website of the Stockholm Resilience Centre)

Anderies, J. M., B. H. Walker, and A. P. Kinzig. 2006. *Fifteen weddings and a funeral: case studies and resilience-based management*. *Ecology and Society* 11(1):21. Online at [www.ecologyandsociety.org/vol11/iss1/art21/](http://www.ecologyandsociety.org/vol11/iss1/art21/).

*Assessing and managing resilience in social-ecological systems: A practitioners workbook*, Vol. 1. Online at [www.resalliance.org/3871.php](http://www.resalliance.org/3871.php).

*Assessing and managing resilience in social-ecological systems: Vol. 2 supplementary notes to the practitioners workbook*. Online at

[www.resalliance.org/3871.php](http://www.resalliance.org/3871.php).

*Assessing resilience in social-ecological systems. A workbook for scientists*. Online at [www.resalliance.org/3871.php](http://www.resalliance.org/3871.php).

Cork, S. J., G. D. Peterson, E. M. Bennett, G. Petschel-Held, and M. Zurek. 2006. *Synthesis of the storylines*. *Ecology and Society* 11(2): 11. Online at

[www.ecologyandsociety.org/vol11/iss2/art11/](http://www.ecologyandsociety.org/vol11/iss2/art11/).

Davidson-Hunt, I. and F. Berkes. 2003. *Learning as you journey: Anishinaabe perception of social-ecological environments and adaptive learning*. *Conservation Ecology* 8(1): 5. Online at [www.consecol.org/vol8/iss1/art5/](http://www.consecol.org/vol8/iss1/art5/).

Evans, G. R. 2008. *Transformation from "Carbon Valley" to a "Post-Carbon Society" in a climate change hot spot: the coalfields of the Hunter Valley, New South Wales, Australia*. *Ecology and Society* 13(1): 39. Online at [www.ecologyandsociety.org/vol13/iss1/art39/](http://www.ecologyandsociety.org/vol13/iss1/art39/).

Fischer-Kowalski, M., and J. Rotmans. 2009. *Conceptualizing, observing, and influencing social-ecological transitions*. *Ecology and Society* 14(2): 3. Online at [www.ecologyandsociety.org/vol14/iss2/art3/](http://www.ecologyandsociety.org/vol14/iss2/art3/).

Folke, Carl, Steve Carpenter, Thomas Elmqvist, Lance Gunderson, CS Holling, Brian Walker, Jan Bengtsson, Fikret Berkes, Johan Colding, Kjell Danell, Malin Falkenmark, Line Gordon, Roger Kasperson, Nils Kautsky, Ann Kinzig, Simon Levin, Karl-Goran Maler, Fredrik Moberg, Leif Ohlsson, Per Olsson, Elinor Ostrom, Walker Reid, Johan Rockstrom, Hubert Savenije, and Uno Svedin. 2002. *Resilience and Sustainable Development: Building Adaptive Capacity in a World of Transformations. Scientific Background Paper on Resilience for the process of The World Summit on Sustainable Development on behalf of The Environmental Advisory Council to the Swedish Government*. Online at [www.resalliance.org/698.php](http://www.resalliance.org/698.php).

Holling, C.S. 2006. *A Journey of Discovery*. Online at [www.resalliance.org/698.php](http://www.resalliance.org/698.php).

Holling, C. S. 2004. *From complex regions to complex worlds*. *Ecology and Society* 9(1): 11. Online at [www.ecologyandsociety.org/vol9/iss1/art11/](http://www.ecologyandsociety.org/vol9/iss1/art11/).

Olsson, P., L. H. Gunderson, S. R. Carpenter, P. Ryan, L. Lebel, C. Folke, and C. S. Holling. 2006. *Shooting the rapids: navigating transitions to adaptive governance of social-ecological systems*. *Ecology and Society* 11(1): 18. Online at [www.ecologyandsociety.org/vol11/iss1/art18/](http://www.ecologyandsociety.org/vol11/iss1/art18/).

Peterson, G. D., T. D. Beard Jr., B. E. Beisner, E. M. Bennett, S. R. Carpenter, G. S. Cumming, C. L. Dent, and T. D. Havlicek. 2003. *Assessing future ecosystem services: a case study of the Northern Highlands Lake District, Wisconsin*. *Conservation Ecology* 7(3): 1. Online at [www.consecol.org/vol7/iss3/art1/](http://www.consecol.org/vol7/iss3/art1/).

Rockström, J., W. Steffen, K. Noone, Å. Persson, F. S. Chapin, III, E. Lambin, T. M. Lenton, M. Scheffer, C. Folke, H. Schellnhuber, B. Nykvist, C. A. De Wit, T. Hughes, S. van der Leeuw, H. Rodhe, S. Sörlin, P. K. Snyder, R. Costanza, U. Svedin, M. Falkenmark, L. Karlberg, R. W. Corell, V. J. Fabry, J. Hansen, B. Walker, D. Liverman, K. Richardson, P. Crutzen, and J. Foley. 2009. *Planetary boundaries: exploring the safe operating space for humanity*. *Ecology and Society* 14(2): 32. Online at [www.ecologyandsociety.org/vol14/iss2/art32/](http://www.ecologyandsociety.org/vol14/iss2/art32/).

Walker, B., C. S. Holling, S. R. Carpenter, and A. Kinzig. 2004. *Resilience, adaptability and transformability in social-ecological systems*. *Ecology and Society* 9(2): 5. Online at [www.ecologyandsociety.org/vol9/iss2/art5/](http://www.ecologyandsociety.org/vol9/iss2/art5/).

Walker, B., S. Carpenter, J. Anderies, N. Abel, G. Cumming, M. Janssen, L. Lebel, J. Norberg, G. D. Peterson, and R. Pritchard. 2002. *Resilience management in social-ecological systems: a working hypothesis for a participatory approach*. *Conservation Ecology* 6(1): 14. Online at [www.consecol.org/vol6/iss1/art14/](http://www.consecol.org/vol6/iss1/art14/).

### Websites

<http://www.resalliance.org/>

<http://www.dekrachtvanhethuis.org/>

## 5. Inspiratie

