



Σχολή Ανθρωπιστικών Σπουδών

Μεταπτυχιακό Πρόγραμμα Σπουδών

«Επιστήμες της Αγωγής»

Διπλωματική Εργασία

**«Οι επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής στην ψυχική υγεία των
εφήβων και ο ρόλος της εκπαίδευσης»**

Κωνσταντίνα Ρίζου

Επιβλέπουσα καθηγήτρια: Γεωργία Λιαράκου

Πάτρα, Σεπτέμβριος 2024

Η παρούσα εργασία αποτελεί πνευματική ιδιοκτησία του/της φοιτητή/φοιτήτριας («συγγραφέας/δημιουργός») που την εκπόνησε. Στο πλαίσιο της πολιτικής ανοικτής πρόσβασης ο συγγραφέας/δημιουργός εκχωρεί στο ΕΑΠ, μη αποκλειστική άδεια χρήσης του δικαιώματος αναπαραγωγής, προσαρμογής, δημόσιου δανεισμού, παρουσίασης στο κοινό και ψηφιακής διάχυσής τους διεθνώς, σε ηλεκτρονική μορφή και σε οποιοδήποτε μέσο, για διδακτικούς και ερευνητικούς σκοπούς, άνευ ανταλλάγματος και για όλο το χρόνο διάρκειας των δικαιωμάτων πνευματικής ιδιοκτησίας. Η ανοικτή πρόσβαση στο πλήρες κείμενο για μελέτη και ανάγνωση δεν σημαίνει καθ' οιονδήποτε τρόπο παραχώρηση δικαιωμάτων διανοητικής ιδιοκτησίας του συγγραφέα/δημιουργού ούτε επιτρέπει την αναπαραγωγή, αναδημοσίευση, αντιγραφή, αποθήκευση, πώληση, εμπορική χρήση, μετάδοση, διανομή, έκδοση, εκτέλεση, «μεταφόρτωση» (downloading), «ανάρτηση» (uploading), μετάφραση, τροποποίηση με οποιονδήποτε τρόπο, τμηματικά ή περιληπτικά της εργασίας, χωρίς τη ρητή προηγούμενη έγγραφη συναίνεση του συγγραφέα/δημιουργού. Ο συγγραφέας/δημιουργός διατηρεί το σύνολο των ηθικών και περιουσιακών του δικαιωμάτων.



**«Οι επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής στην ψυχική υγεία των
εφήβων και ο ρόλος της εκπαίδευσης»**

Κωνσταντίνα Ρίζου

Επιτροπή Διπλωματικής Εργασίας

Επιβλέπουσα Καθηγήτρια:

Γεωργία Λιαράκου

Συν-Επιβλέπουσα Καθηγήτρια:

Αναστασία Δημητρίου

Πάτρα, Σεπτέμβριος 2024

Ευχαριστίες

Στην επιβλέπουσα της διπλωματικής μου εργασίας αναπληρώτρια καθηγήτρια κ. Γεωργία Λιαράκου, για την ηθική και έμπρακτη στήριξη της κατά την εκπόνηση της παρούσας εργασίας. Η συνεχής διαθεσιμότητά της και το ενδιαφέρον της, η πολύτιμη βοήθεια της και η εμπιστοσύνη στις δυνατότητες μου υπήρξαν πολύτιμα εφόδια για την ολοκλήρωση της εργασίας μου.

Στην συνεπιβλέπουσα της διπλωματικής μου εργασίας αναπληρώτρια καθηγήτρια κ. Αναστασία Δημητρίου που με τίμησε με τη συμμετοχή της στην επιτροπή κρίσης.

Στους δεκαέξι εφήβους που συμμετείχαν με προθυμία στην έρευνα μου καθώς χωρίς τη συνδρομή τους η συλλογή των δεδομένων για την ολοκλήρωση της εργασίας μου θα ήταν αδύνατη. Η συζήτηση με τους εφήβους σχετικά με τους προβληματισμούς τους και τις αγωνίες τους με ενέπνευσε, με ενθάρρυνε και μου έδωσε κίνητρο να αγωνιστώ με ελπίδα και αισιοδοξία ως εκπαιδευτικός και ως άνθρωπος για ένα βιώσιμο μέλλον.

Στην οικογένεια μου για την κατανόηση, τη στήριξη και την ενθάρρυνση καθόλη τη διάρκεια των σπουδών μου και κατά την εκπόνηση της παρούσας εργασίας.

Στον Δημήτρη, τον Γιάννη, τον Ραφαήλ και τον Νεκτάριο

Περίληψη

Η κλιματική αλλαγή είναι μία από τις μεγαλύτερες προκλήσεις της σύγχρονης εποχής με επιπτώσεις και στην ψυχική υγεία των ανθρώπων. Αυξανόμενα είναι τα στοιχεία που καταδεικνύουν ότι οι τα παιδιά και οι νέοι είναι ιδιαίτερα ευάλωτες ομάδες στις ψυχοσυναισθηματικές διαστάσεις της κλιματικής κρίσης εκδηλώνοντας μια σειρά από επώδυνα κλιματικά συναισθήματα. Σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν να αναδειχθεί το κλιματικό άγχος των εφήβων και ο καθοριστικός ρόλος της εκπαίδευσης στη διαχείρισή του. Συγκεκριμένα εξετάσαμε τα συναισθήματα των εφήβων σχετικά με την κλιματική αλλαγή, αν και κατά πόσο επηρεάζουν την καθημερινότητα και τα όνειρά τους για το μέλλον, τις πηγές πληροφόρησης των εφήβων για την κλιματική αλλαγή και τις απόψεις τους για το ρόλο του σχολείου στη διαχείριση των κλιματικών συναισθημάτων. Στην έρευνα συμμετείχαν δεκαέξι έφηβοι που ζουν στην Ελλάδα και η συλλογή των δεδομένων πραγματοποιήθηκε με τη μέθοδο των ομάδων εστίασης. Σύμφωνα με τα αποτελέσματα της έρευνας, τα κλιματικά συναισθήματα που ανέφεραν οι έφηβοι ήταν άγχος, θλίψη, απογοήτευση, ενοχή, θυμό, αδυναμία τα οποία επηρεάζουν τα όνειρα τους για το μέλλον αλλά όχι τόσο την καθημερινό τρόπο ζωής και τη λειτουργικότητά τους. Το διαδίκτυο, η τηλεόραση και τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης αποτελούν τις κύριες πηγές πληροφόρησης των εφήβων ενώ η οικογένεια φάνηκε να μην έχει ουσιαστικό ρόλο τόσο στην ενημέρωση για την κλιματική αλλαγή όσο και στη διαχείριση του άγχους των παιδιών. Τέλος σύμφωνα με τις απόψεις των εφήβων αναδείχθηκε ο καθοριστικός ρόλος της εκπαίδευσης στη διαχείριση του κλιματικού άγχους των μαθητών η οποία πρέπει να εστιάσει στη συναισθηματική διάστασή της και να στοχεύει στην οικοδόμηση της ελπίδας και στην ενδυνάμωση των νέων μέσα από τη δράση για την αντιμετώπιση της κλιματικής αλλαγής.

Λέξεις – Κλειδιά

Κλιματική αλλαγή, ψυχική υγεία, κλιματικό άγχος, ομάδες εστίασης, έφηβοι, εκπαίδευση

«The effects of climate change on adolescent mental health and the role of education»

Konstadina Rizou

Abstract

Climate change is one of the greatest challenges of the modern age with impact on people's mental health. There are increasing evidence that children and young people are particularly vulnerable groups to the psycho-emotional dimensions of the climate crisis, by expressing a serious of painful climate emotions. The purpose of this work was to highlight the climate anxiety of adolescents and the decisive role of education in its management. Specifically, we examined the emotions about climate change, whether they affect their everyday life and their dreams for the future, the sources of information about climate change and their views on the role of education in managing climate emotions. Sixteen adolescents living in Greece participated in the research and the data was collected using the focus group method. According to the results of the research, the climate emotions reported by the adolescents were anxiety, grief, despair, guilt, anger, powerless which affect their dreams for the future but not so much their daily life and functioning. The internet, television and social media are the main sources of information for adolescents, while the family did not seem to have an essential role in both informing about climate change and managing children's anxiety. Finally, according to adolescents' views, the decisive role of education in the management of climate anxiety was highlighted, which should focus on its emotional dimension and aim at building hope and empowering young people through action to deal with climate change.

Keywords

Climate change, mental health, climate anxiety, focus groups, adolescents, education

Περιεχόμενα

Περίληψη	i
Abstract.....	ii
Περιεχόμενα.....	iii
Εισαγωγή	1
1. Θεωρητικό μέρος	2
1.1 Κλιματική αλλαγή και παγκόσμια κλιματική κρίση	2
1.2 Κλιματική αλλαγή και ψυχική υγεία	4
1.3 Οι επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής στην ψυχική υγεία	5
1.3.1 Άμεσες επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής στην ψυχική υγεία.....	5
1.3.2 Έμμεσες επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής στην ψυχική υγεία.....	6
1.3.3 Συναισθηματική δυσφορία και άγχος από τη συνειδητοποίηση της κλιματικής αλλαγής ως παγκόσμιας περιβαλλοντικής απειλής	7
1.4 Κλιματικά συναισθήματα και ψυχογόνες καταστάσεις.....	8
1.4.1 Οικολογική θλίψη, οικοπαράλυση, σολοσταλγία	9
1.4.2 Κλιματικό άγχος.....	10
1.5 Κλιματικό άγχος και έφηβοι	13
1.5.1 Οι πηγές πληροφόρησης των εφήβων για την κλιματική αλλαγή	14
1.5.2 Διεθνείς έρευνες για το κλιματικό άγχος στους εφήβους.....	16
1.6 Ο ρόλος της εκπαίδευσης και της οικογένειας στην διαχείριση του κλιματικού άγχους των εφήβων	19
1.6.1 Ο ρόλος της εκπαίδευσης	19
1.6.2 Τα καθήκοντα και οι δυνατότητες του εκπαιδευτικού.....	23
1.6.3 Ο ρόλος της οικογένειας.....	25
2 Ερευνητικό μέρος.....	27
2.1 Μεθοδολογία έρευνας.....	27
2.1.1 Προβληματική και σημαντικότητα της έρευνας.....	27
2.1.2 Σκοπός και ερευνητικά ερωτήματα.....	29
2.1.3 Η ποιοτική προσέγγιση.....	30
2.1.4 Ομάδες εστίασης (focus groups).....	30
2.1.5 Η μέθοδος ανάλυσης των δεδομένων.....	32

2.2 Η παρουσίαση των αποτελεσμάτων της έρευνας	34
2.2.1 Τα συναισθήματα των εφήβων σχετικά με την κλιματική αλλαγή.....	34
2.2.2 Επηρεάζει η κλιματική αλλαγή την καθημερινότητα των εφήβων και τα όνειρά τους για το μέλλον;.....	38
2.2.2.1 Κλιματική αλλαγή και όνειρα για το μέλλον	38
2.2.2.2 Κλιματική αλλαγή και καθημερινότητα	40
2.2.3 Οι πηγές πληροφόρησης των εφήβων για την κλιματική αλλαγή	41
2.2.3.1 ΜΜΕ, social media, σχολείο.....	41
2.2.3.2 Ο ρόλος της οικογένειας στην ενημέρωση των εφήβων	43
2.2.4 Ο ρόλος της εκπαίδευσης στη διαχείριση των κλιματικών συναισθημάτων.....	46
3 Συμπεράσματα-Συζήτηση	50
3.1 Συμπεράσματα.....	50
3.2 Συζήτηση.....	54
3.2.1 Περιορισμοί της έρευνας.....	54
3.2.3 Προτάσεις για μελλοντική έρευνα	54
4 Βιβλιογραφικές αναφορές.....	55
4.1 Ξενόγλωσση βιβλιογραφία.....	55
4.2 Ελληνόγλωσση βιβλιογραφία.....	61
4.2.1 Ελληνική βιβλιογραφία	61
4.2.2 Ξένα βιβλιογραφία μεταφρασμένη	61
Παράρτημα	63

Εισαγωγή

Η κλιματική αλλαγή είναι ένα από τα σημαντικότερα προβλήματα που αντιμετωπίζει σήμερα ο πλανήτης με πλήθος ερευνών να αναδεικνύουν αφενός τις καταστροφικές συνέπειες για τον πλανήτη και αφετέρου τις επιπτώσεις τόσο στη σωματική όσο και στην ψυχική υγεία των ανθρώπων. Τα τελευταία χρόνια υπάρχει αυξανόμενη προσοχή στις αρνητικές συναισθηματικές αντιδράσεις που σχετίζονται με την κλιματική αλλαγή και στη βιβλιογραφία έχουν κάνει την εμφάνιση τους νέοι όροι ψυχοπαθολογίας, όπως το κλιματικό άγχος, το οικολογικό άγχος, η σολασταλγία, η οικο-παράλυση, η οικολογική θλίψη. Σύμφωνα με τις έρευνες τα παιδιά και οι έφηβοι είναι ιδιαίτερα ευάλωτες ομάδες σε στρεσογόνους παράγοντες ψυχικής υγείας και ευεξίας όπως και στις άμεσες και έμμεσες επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής (Coffey et al., 2021. Hickman et al., 2021. Sciberras & Fernando, 2022. Crandon et al., 2022 Galway & Field, 2023). Επίσης πολλοί μελετητές καταδεικνύουν το καθοριστικό ρόλο του σχολείου στη διαχείριση των αρνητικών κλιματικών συναισθημάτων εστιάζοντας στη συναισθηματική διάσταση της εκπαίδευσης και στην ενδυνάμωση των νέων μέσω της δράσης και της ελπίδας για ένα βιώσιμο μέλλον (Φλογαΐτη, 2011. Ojala, 2015. Crandon et al., 2022. Magklara et al., 2024).

Σκοπός της εργασίας είναι η διερεύνηση των συναισθημάτων που βιώνουν οι έφηβοι στην Ελλάδα σχετικά με την κλιματική αλλαγή και πώς επηρεάζουν αυτά την καθημερινή τους ζωή και τα όνειρά τους για το μέλλον. Επιπροσθέτως η έρευνα διερευνά τις πηγές πληροφόρησης των εφήβων για την κλιματική αλλαγή και επιχειρεί να διαπιστώσει το ρόλο τη οικογένειας στην ενημέρωσή τους. Τέλος αναδεικνύονται οι απόψεις των εφήβων για το ρόλο της εκπαίδευσης στη διαχείριση των κλιματικών συναισθημάτων.

Η εργασία διακρίνεται σε δύο μέρη: το θεωρητικό και το ερευνητικό. Στο θεωρητικό μέρος το οποίο περιλαμβάνεται στο 1^ο κεφάλαιο της εργασίας αρχικά παρουσιάζεται εν συντομία το φαινόμενο της κλιματικής αλλαγής και κατ' επέκταση η παγκόσμια κλιματική κρίση. Στη συνέχεια αναλύονται οι βασικές επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής στην ψυχική υγεία των ατόμων εστιάζοντας στο κλιματικό άγχος που θεωρείται ο πιο γνωστός και διαδεδομένος όρος και σύμφωνα με κάποιους ερευνητές

περικλείει όλα τα κλιματικά συναισθήματα. Σύντομη αναφορά βέβαια γίνεται και σε άλλους όρους ψυχοπαθολογίας που έχουν εμφανιστεί στην βιβλιογραφία όπως σολοστάλγια, οικολογική θλίψη, οικοπαράλυση. Ακολούθως εξετάζεται το κλιματικό άγχος σε σχέση με τους εφήβους οι οποίοι θεωρούνται ψυχικά και ψυχολογικά ευάλωτοι στις επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής. Αρχικά παρουσιάζονται διεθνή ερευνητικά δεδομένα σχετικά με τις πηγές πληροφόρησης των εφήβων για την κλιματική αλλαγή και στην συνέχεια παρουσιάζονται διεθνή ερευνητικά δεδομένα που αποδεικνύουν την σπουδαιότητα του φαινομένου αλλά και την έντονη ανησυχία των εφήβων για την πορεία της κλιματικής αλλαγής. Επίσης στο θεωρητικό μέρος εξετάζεται ο ρόλος του σχολείου και των εκπαιδευτικών στη διαχείριση του κλιματικού άγχους των μαθητών και ολοκληρώνεται με μία σύντομη αναφορά στο ρόλο της οικογένειας.

Στο ερευνητικό μέρος, δηλαδή στο 2^ο κεφάλαιο, περιγράφεται ο σχεδιασμός της έρευνας και παρουσιάζονται τα αποτελέσματά της. Αρχικά παρουσιάζεται η προβληματική και η αναγκαιότητα της έρευνας και δηλώνεται ο σκοπός και τα ερευνητικά της ερωτήματα. Αναφορικά με τη μεθοδολογία της έρευνας γίνεται αναφορά στην ποιοτική προσέγγιση και στη μέθοδο των ομάδων εστίασης και αναλύεται ο λόγος επιλογής των συγκεκριμένων στρατηγικών. Στη συνέχεια παρουσιάζεται η διαδικασία της θεματικής ανάλυσης και το ερευνητικό μέρος ολοκληρώνεται με την παρουσίαση των αποτελεσμάτων της έρευνας.

Στο 3^ο κεφάλαιο της εργασίας παρουσιάζονται τα συμπεράσματα της έρευνας και επιπλέον γίνεται αναφορά στους περιορισμούς της έρευνας καθώς και σε κάποιες προτάσεις για μελλοντική έρευνα.

Τέλος παρατίθενται οι βιβλιογραφικές αναφορές και το παράρτημα.

1. Θεωρητικό μέρος

1.1 Κλιματική αλλαγή και παγκόσμια κλιματική κρίση

Ο όρος κλιματική αλλαγή υποδηλώνει τη μεταβολή του παγκόσμιου κλίματος και ειδικότερα τις μεταβολές των μετεωρολογικών συνθηκών για εκτεταμένη χρονική περίοδο εξαιτίας της συσσώρευσης θερμοκηπικών αερίων στην ατμόσφαιρα, ιδίως διοξειδίου του άνθρακα, και κατά συνέπεια της έντασης του φαινομένου του θερμοκηπίου. Το διοξείδιο του άνθρακα ευθύνεται κυρίως για το φαινόμενο του

θερμοκηπίου καθώς μαζί με άλλα ατμοσφαιρικά αέρια (μεθάνιο, οξείδιο του αζώτου, χλωροφθοράνθρακες) επηρεάζει το ενεργειακό ισοζύγιο της Γης. Πιο συγκεκριμένα το διοξείδιο του άνθρακα απορροφά τη μεγάλου μήκους κύματος γήινη ακτινοβολία και εκπέμπει πίσω θερμική ακτινοβολία με αποτέλεσμα να θερμαίνεται η επιφάνεια της Γης (Wright & Boorse, 2013. Στάθης, 2016). Επομένως η συγκέντρωση μεγάλων ποσοτήτων διοξειδίου του άνθρακα στην ατμόσφαιρα συμβάλλει στην ενίσχυση του φαινομένου του θερμοκηπίου και στην αύξηση της μέσης θερμοκρασίας του πλανήτη.

Οι έρευνες αποδίδουν όλο και περισσότερο αυτές τις επιπτώσεις της υπερθέρμανσης του πλανήτη σε ανθρωπογενείς δραστηριότητες όπως η αυξανόμενη χρήση ορυκτών καυσίμων, η αποψίλωση των δασών, η γεωργία, η κτηνοτροφία και άλλες παραγωγικές δραστηριότητες, οι οποίες απελευθερώνουν τεράστιες ποσότητες διοξειδίου του άνθρακα και θερμοκηπικών αερίων στην ατμόσφαιρα. Το διοξείδιο του άνθρακα έχει αυξηθεί κατά 39% μετά την έναρξη της βιομηχανικής επανάστασης και τα τελευταία χρόνια τα επίπεδα του διοξειδίου του άνθρακα στην ατμόσφαιρα αυξάνονται κατά 2 μέρη ανά εκατομμύριο τον χρόνο εξαιτίας της εξάρτησης μας από την καύση ορυκτών καυσίμων (Wright & Boorse, 2013).

Η κλιματική αλλαγή και η παγκόσμια κλιματική κρίση αποτελούν τη μεγαλύτερη πρόκληση του 21ου αιώνα. Η Διακυβερνητική Επιτροπή για την Κλιματική Αλλαγή (IPCC) με τις επίσημες επιστημονικές εκθέσεις της τις τελευταίες δεκαετίες τεκμηριώνει την αυξανόμενη έκταση, συχνότητα και ένταση ακραίων καιρικών φαινομένων, τα οποία προκαλούνται από την αύξηση της θερμοκρασίας του πλανήτη και τις σοβαρές επιπτώσεις τους τόσο στο περιβάλλον, όσο και στην κοινωνία και την οικονομία. Σύμφωνα με την Έκτη Έκθεση Αξιολόγησης (AR6) της IPCC, που δημοσιεύθηκε στις 28 Φεβρουαρίου 2022, οι συνέπειες της κλιματικής αλλαγής είναι ήδη πιο εκτεταμένες και πιο σοβαρές από τις αναμενόμενες. Η ξηρασία, η υπερβολική ζέστη και οι πλημμύρες απειλούν ήδη την επισιτιστική ασφάλεια και τα μέσα διαβίωσης για εκατομμύρια ανθρώπους. Περίπου 3,5 δισεκατομμύρια άνθρωποι δηλαδή το 45% του παγκόσμιου πληθυσμού ζουν σε χώρες ιδιαίτερα ευάλωτες σε αυτήν την πραγματικότητα. Επίσης η ίδια έκθεση εκτιμά ότι, εάν η αύξηση της παγκόσμιας θερμοκρασίας υπερβεί τους 1,5 βαθμούς Κελσίου, θα βρεθούμε αντιμέτωποι με πολύ πιο σοβαρές συνέπειες της κλιματικής αλλαγής που ίσως είναι και μη αναστρέψιμες όπως ισχυρότερες βροχοπτώσεις και ακραία καιρικά φαινόμενα (π.χ. τυφώνες), μεγαλύτεροι καύσωνες και ξηρασίες, εκτεταμένη καταστροφή των

δασών, απώλεια των παγετώνων της Αρκτικής και ταχεία άνοδος της στάθμης της θάλασσας (IPCC, 2022)¹.

Η κλιματική αλλαγή έχει επίσης κοινωνικοοικονομικές επιπτώσεις καθώς επηρεάζει τη φύση των κοινωνικών συστημάτων και την επίδοση των οικονομιών. Η ανισότητα, οι συγκρούσεις και οι αναπτυξιακές προκλήσεις όπως η φτώχεια, η αδύναμη διακυβέρνηση και η περιορισμένη πρόσβαση σε βασικές υπηρεσίες όπως η υγειονομική περίθαλψη αυξάνουν την ευπάθεια στους κλιματικούς κινδύνους και περιορίζουν την ικανότητα των κοινοτήτων να προσαρμοστούν στις κλιματικές αλλαγές. Οι επιπτώσεις της κλιματικής κρίσης, η πολυπλοκότητα και η κρισιμότητα των νέων συνθηκών πιέζουν τα φυσικά και τα ανθρώπινα συστήματα διαμορφώνοντας μια καινούργια και ραγδαία εξελισσόμενη καθεστηκυία τάξη και μια νέα περίοδο αδρής αβεβαιότητας, ανησυχίας και διακινδύνευσης τόσο σε κοινωνικό οικονομικό όσο και σε και περιβαλλοντικό επίπεδο (Δασκολιά, 2023).

1.2 Κλιματική αλλαγή και ψυχική υγεία

Είναι ξεκάθαρο ότι η ανθρώπινη υγεία απειλείται από τις επιπτώσεις της παγκόσμιας κλιματικής αλλαγής η οποία δεν είναι απλά μια διαφαινόμενη απειλή, αλλά μια καταστροφική πραγματικότητα με τρομακτικές προβλέψεις για το μέλλον (Hayes et al., 2018). Από το 2007 οι αναφορές των ΜΜΕ για την κλιματική αλλαγή και την υγεία έχουν αυξηθεί κατά 78% ενώ παράλληλα η ακαδημαϊκή βιβλιογραφία που αναφέρεται στη σχέση κλίματος και ανθρώπινης υγείας τριπλασιάστηκε (Watts et al., 2018). Τις τελευταίες δεκαετίες ένα εκτεταμένο σύνολο ερευνών έχει επικεντρωθεί στον αντίκτυπο της κλιματικής αλλαγής στη σωματική υγεία του ανθρώπου. Οι επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής στη σωματική υγεία περιλαμβάνουν νοσηρότητα και θνησιμότητα λόγω ακραίων καιρικών φαινομένων, νοσηρότητα και θνησιμότητα που σχετίζεται με αυξημένες θερμοκρασίες και κύματα καύσωνα, αύξηση των ασθενειών που μεταδίδονται από το νερό και τα τρόφιμα, αύξηση των οξειών και χρόνιων αναπνευστικών παθήσεων (Hayes et al., 2018. Fritze et al., 2008).

Ενώ η ευαισθητοποίηση των ατόμων σχετικά με τον αντίκτυπο της κλιματικής αλλαγής στην υγεία συνεχίζει να αυξάνεται το θέμα της ψυχικής υγείας είναι λιγότερο γνωστό και συχνά παραβλέπεται (Hayes et al., 2018). Αν και έχουν

¹ Η εικόνα 1 του Παραρτήματος συγκρίνει λεπτομερώς τους κινδύνους από την άνοδο της θερμοκρασίας

διεξαχθεί εμπειρικές μελέτες για την εκτίμηση των επιπτώσεων της κλιματικής αλλαγής στην ψυχική υγεία το εύρος των επιπτώσεων αυτών δεν έχει γίνει σαφές και ξεκάθαρο (Palinkas & Wong, 2020). Η διαρκής και αμείωτη έρευνα στο ευρύ πεδίο της κλιματικής αλλαγής και της υγείας και η αυξανόμενη ανησυχία των ατόμων για την εξέλιξη και τους κινδύνους της κλιματικής αλλαγής καθιστούν αναγκαία μια νέα ενημερωμένη επισκόπηση για τις επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής στην ψυχική υγεία (Hayes et al., 2018).

Σύμφωνα με τον παγκόσμιο οργανισμό υγείας η ψυχική υγεία είναι μια κατάσταση ψυχικής ευεξίας που βοηθά τους ανθρώπους να αντιμετωπίσουν το καθημερινό άγχος, να συνειδητοποιήσουν τις ικανότητές τους, να εξελίσσονται και να εργάζονται αποδοτικά ώστε να συνεισφέρουν στην κοινότητά τους. Είναι ένα αναγκαίο κομμάτι της υγείας και της ευημερίας που στηρίζει τις ατομικές και συλλογικές δυνατότητες των ατόμων ώστε να λαμβάνουν αποφάσεις, να οικοδομούν σχέσεις και να διαμορφώνουν τον κόσμο γύρω τους. Η ψυχική υγεία είναι βασικό ανθρώπινο δικαίωμα και είναι απαραίτητη για την προσωπική, κοινοτική και κοινωνικοοικονομική ανάπτυξη (World Health Organization, 2022).

1.3 Οι επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής στην ψυχική υγεία

Με βάση τα ερευνητικά δεδομένα υπάρχουν τρεις βασικές επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής στην ψυχική υγεία: οι άμεσες επιπτώσεις, όπου τα ακραία καιρικά φαινόμενα επηρεάζουν την ψυχική υγεία των ατόμων, οι έμμεσες επιπτώσεις που σχετίζονται με κοινωνικούς και οικονομικούς παράγοντες και τέλος μια συναισθηματική δυσφορία και άγχος από τη σαφή αντίληψη της κλιματικής αλλαγής ως παγκόσμιας περιβαλλοντικής απειλής (Hayes et al., 2018. Fritze et al., 2008).

1.3.1 Άμεσες επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής στην ψυχική υγεία

Τα ακραία καιρικά φαινόμενα είναι πολύ πιθανό να έχουν επιπτώσεις στην ψυχική και ψυχολογική υγεία των ατόμων οι οποίες σχετίζονται με την απώλεια, τη σύγχυση, την αποδιοργάνωση, τον εκτοπισμό αλλά και συσσωρευμένες επιπτώσεις εξαιτίας της επαναλαμβανόμενης έκθεσης σε φυσικές καταστροφές. Οι επιπτώσεις στην ψυχική υγεία ποικίλουν ανάλογα με το είδος, το μέγεθος και τον αιφνίδιο χαρακτήρα της καταστροφής καθώς και το κοινωνικοπολιτισμικό πλαίσιο που λαμβάνουν χώρα. Η ευπάθεια των ατόμων και των κοινοτήτων, η καταλληλότητα των μέτρων έκτακτης

ανάγκης και οι διαθέσιμοι πόροι για την παροχή υποστήριξης καθορίζουν και επιδεινώνουν τις επιπτώσεις (Fritze et al., 2008).

Οι κοινότητες, παρά τις πολιτισμικές διαφοροποιήσεις, εμφανίζουν όμοιες ψυχοκοινωνικές αντιδράσεις, με το οξύ τραυματικό στρες να είναι η πιο συχνή απόκριση μετά την καταστροφή με τα συμπτώματα βέβαια να υποχωρούν με την αποκατάσταση των συνθηκών ασφάλειας. Βέβαια ορισμένοι επιζώντες μπορεί να συνεχίσουν να βιώνουν χρόνια διαταραχή μετατραυματικού στρες (PTSD), καθώς και μια σειρά από άλλες διαταραχές όπως το στρες, η κατάθλιψη, οι αγχώδεις διαταραχές και η κατάχρηση ναρκωτικών και αλκοόλ (Fritze et al., 2008). Για παράδειγμα τα αποτελέσματα έρευνας που διεξήχθη σε κοινότητες που επηρεάστηκαν από τον τυφώνα Κατρίνα αναφέρουν υψηλά ποσοστά μετατραυματικού στρες, κατάθλιψης, ενδοοικογενειακής βίας καθώς και υψηλά ποσοστά ολοκλήρωσης και απόπειρας αυτοκτονίας. Αυτές οι επιπτώσεις στην ψυχική υγεία των επιζώντων δεν οφείλονται μόνο στην έκθεση στο συμβάν αλλά και στον εκτοπισμό που ακολούθησε, στην έλλειψη μόνιμης στέγης και στην έλλειψη πρόσβασης σε υπηρεσίες υποστήριξης και απασχόλησης (Larrance, Anastario, Lawry, 2007, οπ. αναφ. στο Fritze et al., 2008).

1.3.2 Έμμεσες επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής στην ψυχική υγεία

Οι έμμεσες συνέπειες της κλιματικής αλλαγής στην ψυχική υγεία προκύπτουν ως αποτέλεσμα κοινωνικοοικονομικών και περιβαλλοντικών διαταραχών, όπως για παράδειγμα εμφύλιες συγκρούσεις, λιμός, ζημιές σε φυσικές και κοινωνικές υποδομές, επιπτώσεις στη σωματική υγεία, εκτοπισμός και μετανάστευση, που σχετίζονται με ένα μεταβαλλόμενο κλίμα (Hayes et al., 2018). Οι μη προνομιούχες ομάδες και κοινότητες που υστερούν ήδη κοινωνικοοικονομικά και εξαρτώνται άμεσα από το τοπικό περιβάλλον για την επιβίωσή τους είναι οι πρώτοι αποδέκτες των επιπτώσεων της κλιματικής αλλαγής και θεωρούνται πιο ευάλωτες στις έμμεσες επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής στην ψυχική υγεία (Fritze et al., 2008).

Έχει αποδειχθεί ότι η ξηρασία αποτελεί μία κλιματική απειλή που επηρεάζει έμμεσα την ψυχική υγεία καθώς οι μακροχρόνιες ξηρασίες επηρεάζουν τα αποθέματα νερού και τροφίμων και κατά συνέπεια μπορούν να επηρεάσουν την οικονομική και ψυχική ευημερία των ανθρώπων που ζουν σε αγροτικές και απομακρυσμένες κοινότητες. Η μακροχρόνια ξηρασία συνδέεται όλο και περισσότερο με τις συγκρούσεις και τον

εκτοπισμό, καταστάσεις που επηρεάζουν ψυχοκοινωνικά τα άτομα και προκαλούν στρες, άγχος και μετατραυματικό στρες (Hayes et al., 2018).

Εξίσου σημαντικές είναι οι έμμεσες συνέπειες της κλιματικής αλλαγής στην ψυχική υγεία σε κοινοτικό επίπεδο. Η μείωση της κοινοτικής συνοχής, η αμφισβήτηση της κοινοτικής ταυτότητας, οι απειλές στην αίσθηση της συνέχειας και στην αίσθηση του ανήκειν εξαιτίας της μετακίνησης και η υπονόμηση της πολιτιστικής ακεραιότητας εξαιτίας του εκτοπισμού αποτελούν κάποιες από βασικότερες συνέπειες (Hayes et al., 2018). Επίσης η υγεία της κοινότητας πιθανότατα απειλείται από αυξημένα περιστατικά βίας, επιθετικότητας και εγκληματικής συμπεριφοράς καθώς τα μέλη της κοινότητας βιώνουν διάφορους στρεσογόνους παράγοντες που σχετίζονται με την κλιματική αλλαγή (Hayes et al., 2018). Τέλος σύμφωνα με τους Fritze et al. (2008), ο εκτοπισμός είναι πιθανό να οδηγήσει τα άτομα σε κοινωνικό αποκλεισμό, δηλαδή σε κοινωνική αποσύνδεση που σχετίζεται με την έλλειψη οικονομικής συμμετοχής και την έλλειψη πρόσβασης σε υπηρεσίες.

1.3.3 Συναισθηματική δυσφορία και άγχος από τη συνειδητοποίηση της κλιματικής αλλαγής ως παγκόσμιας περιβαλλοντικής απειλής

Οι επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής στην ψυχική υγεία δεν προέρχονται μόνο από την εμπειρία των γεγονότων και των συνεπειών της. Η αναδυόμενη ευαισθητοποίηση των ατόμων για την κλιματική αλλαγή και η επίγνωσή της ως παγκόσμια περιβαλλοντική απειλή αποτελεί τον μακροπρόθεσμο αντίκτυπο της κλιματικής αλλαγής στην ψυχική υγεία. Καθώς οι άνθρωποι συνειδητοποιούν τις διαφανόμενες απειλές και τους τρέχοντες κινδύνους των επιπτώσεων της κλιματικής αλλαγής, είναι πιθανό να επηρεάζεται σημαντικά η κοινωνική, συναισθηματική και ψυχική τους ευημερία (Fritze et al., 2008. Hayes et al., 2018).

Τα συναισθήματα που προκύπτουν συνήθως είναι η αγωνία και το άγχος. Οι άνθρωποι επίσης είναι πιθανό να αισθάνονται φόβο, λύπη, κατάθλιψη, απελπισία, απόγνωση, απογοήτευση και θυμό. Κάποιες φορές, εάν οι πληροφορίες είναι πολύ ανησυχητικές και οι λύσεις φαίνονται ακατόρθωτες, οι άνθρωποι ελαχιστοποιούν ή αρνούνται ότι υπάρχει πρόβλημα ή ακόμα αποφεύγουν να το σκεφτούν. Ακόμη είναι πιθανό να απευαισθητοποιηθούν, να παραιτηθούν, να είναι κυνικοί και δύσπιστοι ή να έχουν βαρεθεί να ασχολούνται με το συγκεκριμένο θέμα (Fritze et al., 2008).

1.4 Κλιματικά συναισθήματα και ψυχογήινες καταστάσεις

Από το 2020 παρατηρούμε αυξανόμενο ενδιαφέρον και αυξανόμενο όγκο ερευνών που διερευνούν τα συναισθήματα που σχετίζονται με την κλιματική αλλαγή δηλαδή τα «κλιματικά» ή «οικολογικά συναισθήματα». Ο Pihkala (2022) διεξήγαγε μια προκαταρκτική έρευνα για την ταξινόμηση των κλιματικών συναισθημάτων και δημιούργησε τις ακόλουθες κατηγορίες: συναισθήματα που σχετίζονται με την έκπληξη (τα οποία περιελάμβαναν θετικά συναισθήματα όπως θαυμασμό αλλά και αρνητικά συναισθήματα όπως σύγχυση, σοκ και τραύμα), συναισθήματα που σχετίζονται με την απειλή όπως φόβος και ανησυχία, έντονα συναισθήματα που σχετίζονται με το άγχος, συναισθήματα που σχετίζονται με τη λύπη όπως θλίψη, σολασταλγία, έντονα συναισθήματα κατάθλιψης, συναισθήματα που σχετίζονται με την ενοχή και τη ντροπή, συναισθήματα που σχετίζονται με την αγανάκτηση, συναισθήματα θυμού, εχθρικά αισθήματα (που περιελάμβαναν περιφρόνηση, σκεπτικισμό και αίσθημα πλήξης) και διάφορα είδη θετικών συναισθημάτων όπως ενδιαφέρον, ενδυνάμωση, χαρά, υπερηφάνεια, ευγνωμοσύνη.

Από τις αρχές του 2007 ο περιβαλλοντικός φιλόσοφος Glenn Albrecht και οι συνεργάτες του έχουν αναφερθεί στη συναισθηματική δυσφορία που σχετίζεται με την επίγνωση των γενικότερων προβλημάτων που αντιμετωπίζουν οι άνθρωποι εξαιτίας της παγκόσμιας κλιματικής αλλαγής (Albrecht et al., 2007). Οι Albrecht et al. (2007) αναφέρουν ότι αυτή η συνειδητοποίηση συμβάλλει σε «psychoterratic syndromes» τα οποία ορίζονται ως ψυχικά σύνδρομα ή ψυχικές ασθένειες που σχετίζονται με τη Γη, όπου η ψυχική ευημερία (ψυχή) των ανθρώπων απειλείται από τη διαταραχή ή και τη διακοπή των υγιών δεσμών μεταξύ των ίδιων και του τόπου τους. Τα «psychoterratic syndromes» περιλαμβάνουν φαινόμενα όπως οικολογικό ή κλιματικό άγχος (eco/climate anxiety), οικοπαράλυση (ecoparalysis), σολοσταλγία (solostalgia) (Albrecht et al., 2007. Albrecht, 2011).

Στην έρευνα και στον δημόσιο λόγο έχουν εμφανιστεί και άλλες έννοιες ψυχοπαθολογίας που σχετίζονται με τις αρνητικές συναισθηματικές αντιδράσεις των ατόμων στην κλιματική κρίση όπως οικολογική θλίψη (ecological grief), οικοφόβος (ecophobia/ecofear), οικοενοχή (ecoguilt). Στη βιβλιογραφία υπάρχουν διαφορετικοί ορισμοί για τις παραπάνω έννοιες γεγονός που σημαίνει ότι αυτές οι έννοιες έχουν υψηλό βαθμό ασάφειας και πολλές φορές αλληλοεπικαλύπτονται, ενώ η σύγκριση μεταξύ ερευνητικών μελετών είναι δύσκολη. Θα προσπαθήσουμε λοιπόν στις

επόμενες ενότητες να ορίσουμε τις έννοιες που έχουν απασχολήσει εντονότερα τους ερευνητές όπως η οικολογική θλίψη, η οικοπαράλυση, η σολοσταλγία και θα αναλύσουμε περισσότερο το κλιματικό άγχος που είναι η πιο μελετημένη αντίδραση συναισθηματικής δυσφορίας στην κλιματική αλλαγή και σύμφωνα με κάποιους ερευνητές περιλαμβάνει όλες τις παραπάνω συναισθηματικές αντιδράσεις.²

1.4.1 Οικολογική θλίψη, οικοπαράλυση, σολοσταλγία

Η οικολογική θλίψη είναι η συναισθηματική αντίδραση και η φυσική απάντηση στην οικολογική απώλεια. Οι Cunsolo & Ellis (2018: 275) ορίζουν την οικολογική θλίψη ως *«τη θλίψη που αισθάνεται κάποιος σε σχέση με βιωμένες ή αναμενόμενες οικολογικές απώλειες, συμπεριλαμβανομένης της απώλειας ειδών, οικοσυστημάτων και σημαντικών τοπίων λόγω οξείας ή χρόνιας περιβαλλοντικής αλλαγής»*. Ως εκ τούτου, η οικολογική θλίψη είναι ιδιαίτερα έντονη σε άτομα που διατηρούν στενές σχέσεις με το φυσικό περιβάλλον και εκείνους που γίνονται μάρτυρες περιβαλλοντικής καταστροφής (Cunsolo & Ellis, 2018).

Η οικοπαράλυση εννοείται ως η συναισθηματική αντίδραση που έχουν οι άνθρωποι όταν νιώθουν αδύναμοι να ανταποκριθούν ουσιαστικά στις κλιματικές και οικολογικές προκλήσεις. Η δυσεπίλυτη φύση των προβλημάτων, το γεγονός ότι συνδέονται με τα ίδια τα θεμέλια της σημερινής οικονομίας και το υπερβολικό άγχος που βιώνουν τα άτομα για το κλίμα είναι πιθανό να προκαλούν μια σειρά από ψυχολογικούς αμυντικούς μηχανισμούς. Τα άτομα λοιπόν για να διαχειριστούν το άγχος και την αγωνία τους, είναι πιο εύκολο να υιοθετήσουν μια στάση απάθειας και αποδέσμευσης σε σχέση με το περιβάλλον (Albercht, 2011).

Η έννοια της σολοσταλγίας επινοήθηκε από τον περιβαλλοντικό φιλόσοφο Glenn Albercht (2005), ο οποίος προσπάθησε να κατανοήσει και να ορίσει το ψυχολογικό τραύμα και τη δυσφορία που νιώθουν οι άνθρωποι σε σχέση με τον τόπο τους λόγω της περιβαλλοντικής αλλαγής. Ο ίδιος αναφέρει το 2020 ότι *«χρειαζόταν ένας νεολογισμός για να υποδείξει ένα περίπλοκο αλλά ξεχωριστό ανθρώπινο συναίσθημα που βίωναν οι άνθρωποι σε συνθήκες όπου αντιμετώπιζαν ένα μεταβαλλόμενο και ταλαιπωρημένο περιβάλλον, ένα περιβάλλον που αγαπούσαν»* (Albercht, 2020: 10).

² Η εικόνα 2 του Παραρτήματος αποτυπώνει ένα σύννεφο λέξεων που αναδεικνύει το ευρύ φάσμα του λεξιλογίου και των φράσεων στην υπάρχουσα βιβλιογραφία για να απεικονίσει τις διάφορες έννοιες και τα συναισθήματα που σχετίζονται με το κλιματικό άγχος.

Πρόκειται για έναν νεολογισμό που σχηματίζεται από το λατινικό «solatium» (παρηγοριά) και του όρου «αλγία» (θλίψη, πόνος, μελαγχολία).

Η έννοια της σολοσταλγίας λοιπόν εννοείται ως η βιωμένη εμπειρία της απώλειας και της αρνητικά αντιλαμβανόμενης περιβαλλοντικής αλλαγής και η αγωνία που προκαλείται από τον μετασχηματισμό και την υποβάθμιση του περιβάλλοντος. Οι άνθρωποι που βιώνουν σολοσταλγία πενθούν για την απώλεια των σημείων και συμβόλων ενός υγιούς οικοσυστήματος και ανησυχούν για την υποβαθμισμένη κατάσταση του περιβάλλοντος (Albrecht, 2020). Σύμφωνα με τους Galway et al. (2019), είναι μια έννοια που έχει ιδιαίτερη συνάφεια με τη σχέση περιβάλλοντος-υγείας-τόπου και η ανασκόπηση της δημοσιευμένης βιβλιογραφίας δείχνει ότι οι λέξεις που χρησιμοποιούνται πιο συχνά κατά τον ορισμό και την περιγραφή της είναι οι εξής: «περιβάλλον», «οικία», «δυσφορία» και «απώλεια».

1.4.2 Κλιματικό άγχος³

Το κλιματικό ή οικολογικό άγχος⁴ είναι ένας όρος που χρησιμοποιείται ευρέως στις μέρες μας, αποτελεί θέμα αυξανόμενου ερευνητικού ενδιαφέροντος και υπάρχει μεγάλη ποικιλία άρθρων, ντοκιμαντέρ, συνεντεύξεων και ιστολογίων που αναφέρονται και συζητούν αυτό το εξελισσόμενο σύνδρομο που σχετίζεται με την οικολογική κρίση (Pihkala, 2020). Αυτό το άγχος σχετίζεται με την ανησυχία των ατόμων για την έλλειψη δράσης για το κλίμα, τις τρέχουσες και μελλοντικές επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής και την αβεβαιότητα σχετικά με το χρονοδιάγραμμα και τη θέση αυτών των επιπτώσεων (Clayton, 2020). Η διερεύνηση και η συζήτηση σχετικά με το άγχος που συνδέεται με τα οικολογικά προβλήματα αναπτύχθηκε κυρίως τη δεκαετία του 2010, όταν η κλιματική αλλαγή και οι ψυχικές επιπτώσεις της κλιματικής κρίσης έγιναν το πιο πολυσυζητημένο και διερευνώμενο θέμα (Pihkala, 2020).

Το 2017 η Αμερικανική Ψυχολογική Εταιρεία (APA), δημοσίευσε έκθεση σχετικά με τις επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής στην ψυχική υγεία και πυροδότησε πολύ

³ Στον πίνακα του παραρτήματος έχουν καταγραφεί ποικίλοι ορισμοί του κλιματικού άγχους όπως αναφέρονται στη σύγχρονη διεθνή βιβλιογραφία

⁴ Παρατηρούνται ασυνέπειες στη χρήση του όρου κλιματικού άγχους στη σύγχρονη διεθνή βιβλιογραφία. Ορισμένοι θεωρούν το οικολογικό άγχος ή οικολογικό στρες ταυτόσημες έννοιες με το κλιματικό άγχος και ορισμένοι διαχωρίζουν τους όρους. Η πιο συνηθισμένη διαφοροποίηση έγκειται στο γεγονός ότι το οικολογικό άγχος χρησιμοποιείται για να περιγράψει οποιοδήποτε άγχος που σχετίζεται με την οικολογική κρίση ενώ το κλιματικό άγχος φαίνεται να είναι σημαντικά συνδεδεμένο με την ανθρωπογενή κλιματική αλλαγή.

περαιτέρω συζήτηση περιγράφοντας μια μορφή άγχους που προκαλείται από τις απειλές που θέτει η κλιματική κρίση και η γενικότερη κατάσταση του περιβάλλοντος και της βιοποικιλότητας. Σύμφωνα με την APA το κλιματικό-οικολογικό άγχος ορίζεται ως *«ο χρόνιος φόβος μιας περιβαλλοντικής καταστροφής»* (Clayton et al., 2017: 29, 68). Πιο συγκεκριμένα η έκθεση της APA αναγνωρίζει το κλιματικό άγχος ως μια ιδιαίτερη πηγή ανησυχίας που προκαλείται *«παρακολουθώντας τις αργές και φαινομενικά αμετάκλητες επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής και τις σχετιζόμενες με αυτήν ανησυχίες του ατόμου για το μέλλον του, των παιδιών του και των επόμενων γενεών»* (Clayton et al., 2017 :27). Επίσης η APA προβλέπει ότι η εσωτερίκευση των περιβαλλοντικών προβλημάτων του πλανήτη μας είναι πιθανό να έχει ψυχολογικές επιπτώσεις ποικίλης σοβαρότητας σε ορισμένα άτομα και οι κλιματικές αλλαγές να ανασύρουν συναισθήματα όπως θυμό, φόβο, αδυναμία και εξάντληση (Clayton et al., 2017).

Από το 2017 και ειδικά από τα τέλη του 2018 αυξήθηκε έντονα η παγκόσμια προσοχή των ΜΜΕ σχετικά με το κλιματικό άγχος όταν η νεαρή περιβαλλοντική ακτιβίστρια Greta Thunberg μίλησε ανοιχτά για το άγχος της για την κλιματική αλλαγή (Pihkala, 2020). Το Δεκέμβριο του 2019 το περιοδικό Grist-αμερικανικό διαδικτυακό περιοδικό με περιβαλλοντική θεματολογία-αποκάλεσε το κλιματικό άγχος τη μεγαλύτερη τάση της ποπ κουλτούρας (Clayton, 2020). Έτσι άρχισαν να δημοσιεύονται περισσότερες μελέτες σχετικά με τις επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής στην ψυχική υγεία και το 2020 άρχισαν να εμφανίζονται βιβλία για το ευρύ κοινό, τα οποία παρείχαν προτάσεις για αυτοβοήθεια και κοινωνική δράση προκειμένου να ανακουφιστεί το κλιματικό άγχος ιδιαίτερα των νέων (Pihkala, 2020).

Αναφορικά με τα συμπτώματα του κλιματικού άγχους οι έρευνες δείχνουν ότι αυτά περιλαμβάνουν κρίσεις πανικού, ευερεθιστότητα, αϋπνίες, θλίψη, απόγνωση, κατάθλιψη, ενοχικότητα, απογοήτευση, θυμό, αίσθημα φόβου και αβεβαιότητας (Crandon et al., 2022. Coffey et al., 2021). Επισημαίνεται επίσης ότι ορισμένα άτομα βρίσκονται σε κατάσταση παράλυσης εξαιτίας του κλιματικού τους άγχους που εκδηλώνεται ως απάθεια (Coffey et al., 2021).

Οι Clayton και Karazsia (2020) ανέπτυξαν ένα μέτρο για το κλιματικό άγχος το οποίο περιελάμβανε τις εξής υποκλίμακες: τη γνωστική-συναισθηματική έκπτωση, δηλαδή σκέψεις και αρνητικές συναισθηματικές αντιδράσεις που σχετίζονται με την κλιματική αλλαγή, και τη λειτουργική έκπτωση, δηλαδή παύση και αναστάτωση στις

καθημερινές δραστηριότητες της ζωής λόγω της ανησυχίας για την κλιματική αλλαγή. Πιο συγκεκριμένα αξιολογεί τον βαθμό στον οποίο η σκέψη για την κλιματική αλλαγή δυσκολεύει τους ανθρώπους να κοιμηθούν, να κοινωνικοποιηθούν, να ρυθμίσουν τα συναισθήματά τους και να συγκεντρωθούν στην εργασία ή τη μελέτη τους. Στις μελέτες τους σε κατοίκους των ΗΠΑ, διαπίστωσαν ότι περίπου το ένα πέμπτο των ανθρώπων βιώνουν αυτές τις επιπτώσεις τουλάχιστον μερικές φορές (Clayton & Karazsia, 2020).

Επιπλέον υπάρχει μια ασυνέπεια στην κατηγοριοποίηση του κλιματικού άγχους καθώς ορισμένοι έχουν υποστηρίξει ότι είναι παθολογικό, δηλαδή συνδέεται με τη γενικευμένη αγχώδη διαταραχή και μπορεί να υπονομεύσει τη ψυχική και σωματική υγεία του ατόμου, ενώ ορισμένοι ότι είναι προσαρμοστικό δηλαδή μια υγιής ψυχολογική προσαρμογή και απάντηση στην κλιματική απειλή που συνδέεται με τη συλλογική δράση (Whitmarsh et al., 2022. Coffey et al., 2021). Οι μελέτες αναφέρουν ότι το κλιματικό άγχος μπορεί να συνδεθεί με θετικά συναισθήματα όπως η ελπίδα και η ενδυνάμωση αποτελώντας πηγή κινήτρων για ενεργή συμμετοχή και δέσμευση στις προσπάθειες μετριασμού της κλιματικής αλλαγής (Coffey et al., 2021). Η έμπειρη κλιματική ψυχολόγος Susan Clayton, υποστηρίζει επίσης ότι το κλιματικό άγχος δεν πρέπει να εκλαμβάνεται μόνο ως πρόβλημα αλλά αντίθετα ως μία απόδειξη ότι το άτομο ενδιαφέρεται για την κατάσταση του πλανήτη (Clayton, 2020).

Επίσης πολλοί μελετητές έχουν συνδέσει το κλιματικό άγχος με το υπαρξιακό άγχος και τις βαθύτερες υπαρξιακές ανησυχίες αφού η κλιματική αλλαγή είναι κυρίως ένα υπαρξιακό πρόβλημα που αφορά τη μελλοντική επιβίωση της ανθρωπότητας (Ojala, 2023). Η κλιματική αλλαγή ως διαφανιζόμενη απειλή και το αίσθημα της αβεβαιότητας που κατακλύζει τους ανθρώπους μπορεί να οδηγήσουν σε συναισθήματα οντολογικής ανασφάλειας. Πιο συγκεκριμένα οι μελετητές υποστηρίζουν ότι το έντονο αίσθημα της ασφάλειας ή της ανασφάλειας έχει ισχυρές συνέπειες στη συμπεριφορά και την ευημερία των ανθρώπων και συνεπώς η παγκόσμια κλιματική κρίση μπορεί εύκολα να εγείρει βαθιά συναισθήματα οντολογικής ανασφάλειας προκαλώντας άγχος, κατάθλιψη ή αμυντικές αντιδράσεις. (Clayton, 2020. Pihkala, 2020).

Ο Tillich (1952, 2002, οπ. αναφ, στο Ojala, 2016) υποστηρίζει ότι το υπαρξιακό άγχος απειλεί ολόκληρο το άτομο δηλαδή το οντικό μέρος (άγχος για το σωματικό θάνατο), το ηθικό μέρος (άγχος για ενοχή και καταδίκη) και το πνευματικό μέρος

(άγχος για το ανούσιο, το χωρίς νόημα και αξία). Σύμφωνα με αυτή τη θεωρία η κλιματική αλλαγή αποτελεί απειλή για τη μελλοντική επιβίωση της ανθρωπότητας, σχετίζεται με ηθικά ζητήματα για το αν είναι σωστές οι επιλογές του τρόπου ζωής μας στο δυτικό κόσμο και εγείρει ερωτήματα όπως αν έχει νόημα τελικά να είσαι ενεργός πολίτης λόγω της σοβαρότητας και της πολυπλοκότητας αυτού του προβλήματος.

1.5 Κλιματικό άγχος και έφηβοι

Τα παιδιά, οι έφηβοι και οι νεαροί ενήλικες είναι οι ηλικιακές ομάδες που είναι ιδιαίτερα ευάλωτες στις επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής και κατά συνέπεια έχουν εντονότερα συναισθήματα άγχους για το κλίμα (Crandon et al., 2022. Coffey et al., 2021). Αρχικά οι έφηβοι αντιμετωπίζουν την κλιματική αλλαγή ως ζήτημα προσωπικής υπαρξιακής απειλής καθώς θα βιώσουν τις χειρότερες πιθανές επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής. Επίσης το έντονο άγχος για το κλίμα στους νεότερους αποδεικνύεται από την ακτιβιστική δράση τους για το κλίμα. Ένα αξιοσημείωτο παράδειγμα είναι το κίνημα School Strike for Climate στο οποίο συμμετείχαν εκατομμύρια μαθητές σε διαδηλώσεις για την πρόληψη της κλιματικής αλλαγής (Sciberras & Fernando, 2022).

Αξίζει να σημειωθεί επίσης ότι οι έφηβοι αναπτύσσονται και ενηλικιώνονται σε ένα περιβάλλον εμποτισμένο με κλιματικό άγχος και κατακλύζονται από ένα μαράζ πληροφοριών για το μέλλον του πλανήτη και για τις μη αναστρέψιμες επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής με αποτέλεσμα να παρουσιάζουν εντονότερο άγχος το οποίο θα τους επιβαρύνει καθόλη τη διάρκεια της ζωής τους. Τα παιδιά και οι έφηβοι, δεδομένου ότι αναπτύσσονται ψυχοσωματικά είναι πιο ευαίσθητα σε περιβαλλοντικά στοιχεία από τους ενήλικες και επιπλέον οι απρόβλεπτες κλιματικές επιπτώσεις μπορεί να επιβραδύνουν την ανάπτυξή τους τόσο σε επίπεδο φυσιολογίας όσο και σε διανοητικό επίπεδο (Gislason et al., 2021).

Σύμφωνα με τους Crandon et al. (2022), το κλιματικό άγχος στα παιδιά και στους εφήβους προκύπτει από μια αλληλεπίδραση κοινωνικο-οικολογικών παραγόντων που βασίζεται στη θεωρία του Bronfenbrenner. Αρχικά οι ατομικοί παράγοντες που αυξάνουν το κλιματικό άγχος στα παιδιά και στους εφήβους είναι η φυσική τους ευπάθεια, οι αλλαγές που παρατηρούν και βιώνουν στο φυσικό περιβάλλον και ότι η ανάπτυξή τους συμβαδίζει με την αυξανόμενη έκθεση σε στρεσογόνους παράγοντες που σχετίζονται με την κλιματική αλλαγή. Δεύτερον οι περιβαλλοντικές αξίες της

οικογένειας και ο τρόπος επικοινωνίας των γονέων με τα παιδιά επηρεάζουν το πώς οι έφηβοι αντιλαμβάνονται τις απειλές της κλιματικής αλλαγής και αν βιώνουν άγχος για το κλίμα. Τρίτον το σχολείο επηρεάζει σημαντικά το κλιματικό άγχος στους εφήβους. Η εκπαίδευση που βασίζεται στον φόβο και στην έλλειψη ανοιχτού διαλόγου προκαλεί έντονο άγχος και σύγχυση στους εφήβους ενώ αντίθετα η εκπαίδευση που προσανατολίζεται στη δράση και παρέχει ακριβής κατανόηση της κλιματικής αλλαγής ενδυναμώνει τους εφήβους. Τέλος, η κυβερνητική αδράνεια και ο αποκλεισμός των νέων από τη λήψη αποφάσεων, η αυξανόμενη προβολή των ακραίων καιρικών φαινομένων και των καταστροφικών συνεπειών της κλιματικής αλλαγής στα μέσα αυξάνουν τα συναισθήματα άγχους και απόγνωσης στους εφήβους (Crandon et al., 2022).

1.5.1 Οι πηγές πληροφόρησης των εφήβων για την κλιματική αλλαγή

Τις τελευταίες δεκαετίες έχει αυξηθεί θεαματικά ο όγκος των διαθέσιμων πληροφοριών σχετικά με την κλιματική αλλαγή και τις καταστροφικές επιπτώσεις της στα οικοσυστήματα και στη βιοποικιλότητα. Ειδικότερα, το διαδίκτυο παρουσιάζει μια έκρηξη οικολογικών πληροφοριών που είναι διαθέσιμες σε δισεκατομμύρια ανθρώπους σε όλο το κόσμο, οι οποίοι κατακλύζονται από ειδήσεις που εστιάζουν στις καταστροφικές συνέπειες της κλιματικής αλλαγής σε όλο τον κόσμο. Αυτές οι αρνητικές οικολογικές πληροφορίες, που πολλές φορές αποτελούν παραπληροφόρηση, είναι από μόνες τους πηγή άγχους (Albercht, 2011).

Τα παιδιά και οι έφηβοι αφιερώνουν πολύ χρόνο στο διαδίκτυο και στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης και οι περισσότερες πληροφορίες και γνώσεις που λαμβάνουν για την κλιματική αλλαγή προέρχονται από τα παραπάνω μέσα. Η απεριόριστη έκθεση των παιδιών και των εφήβων σε ειδήσεις και εικόνες περιβαλλοντικών καταστροφών, ακραίων καιρικών φαινομένων και θανάτου είναι πιθανόν να επιδεινώσουν το άγχος που ήδη έχουν και να προκαλέσουν συναισθήματα αδυναμίας και απόγνωσης (Grandon et al., 2022).

Σε μια διαδικτυακή έρευνα των Roser-Renouf et al. (2020) συμμετείχαν 1257 αμερικανοί έφηβοι 13-18 ετών. Τα αποτελέσματα της έρευνας δείχνουν ότι οι βασικές πηγές πληροφόρησης των εφήβων για την κλιματική αλλαγή είναι τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης και η τηλεόραση. Το 56% των εφήβων ανέφερε ότι χρησιμοποιούν συχνά τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης για ειδήσεις και το 46%

δηλώσαν ότι πληροφορούνται συχνά από την τηλεόραση. Επίσης σχεδόν οκτώ στους δέκα (78%) εφήβους ενημερώνονται από τους καθηγητές των Φυσικών Επιστημών τουλάχιστον μερικές φορές. Περισσότεροι από τους μισούς (58%) ακούν τους γονείς τους να συζητούν συχνά το θέμα και πάνω από το ένα τρίτο των εφήβων (37%) ακούνε τους φίλους τους να συζητούν το θέμα συχνά ή μερικές φορές (Roser-Renouf et al., 2020).

Οι Morote & Hernández (2022) διεξήγαγαν έρευνα σχετικά με τις γνώσεις και τις πηγές πληροφόρησης για την κλιματική αλλαγή σε μαθητές ηλικίας 10-18 ετών στην Βαλένθια της Ισπανίας. Τα συνολικά στοιχεία ανέδειξαν ότι οι κύριες πηγές πληροφόρησης είναι τα ψηφιακά μέσα (τηλεόραση, διαδίκτυο και μέσα κοινωνικής δικτύωσης). Από τους 575 συμμετέχοντες, το 82% ανέφεραν ότι λαμβάνουν πληροφορίες από την τηλεόραση, ενώ το 56% από το διαδίκτυο και το 49% από τα κοινωνικά δίκτυα (Morote & Hernández, 2022).

Αντιθέτως στην έρευνα των Sulistyawati et al. (2018), που διεξήχθη στην πόλη Yogyakarta της Ινδονησίας οι περισσότεροι από τους μισούς ερωτηθέντες (53%) ανέφεραν ότι η κύρια πηγή πληροφοριών για την κλιματική αλλαγή προέρχεται από την οικογένεια. Το 15% των ερωτηθέντων ανέφερε ότι το διαδίκτυο αποτελεί πηγή πληροφόρησης για την κλιματική αλλαγή και ακολουθούν η τηλεόραση, τα επιστημονικά άρθρα, οι εφημερίδες και οι συζητήσεις με φίλους (Sulistyawati et al., 2018).

Αναφορικά με το σχολείο ως πηγή πληροφόρησης των εφήβων για την κλιματική αλλαγή, φαίνεται ότι η εκπαίδευση για την κλιματική αλλαγή όπως διδάσκεται σήμερα εστιάζει συνήθως στην επιστημονική κατανόηση του φαινομένου και στην προώθηση ενός «κλιματικού γραμματισμού» καθιστώντας την κλιματική αλλαγή κυρίως ως θέμα γνώσης παρά ως θέμα ανησυχίας (Jones & Davison, 2021). Η κυριαρχία των φυσικών επιστημών στην εκπαίδευση για την κλιματική αλλαγή είχε ως αποτέλεσμα τον αποκλεισμό σημαντικών κοινωνικών, πολιτικών, πολιτιστικών και οικονομικών συνιστώσεων της κλιματικής κρίσης που είναι απαραίτητες για μια ολοκληρωμένη κατανόηση των αιτιών και των επιπτώσεων της καθώς και την ανάπτυξη στρατηγικών δράσης για ένα βιώσιμο μέλλον (Karsgaard & Davidson, 2023).

Σε μια ποιοτική μελέτη των Drumm & Vandermause (2023), έλαβαν μέρος 11 αμερικανοί έφηβοι 12-17 ετών. Σύμφωνα με τα αποτελέσματα της έρευνας όλοι οι

έφηβοι εντοπίζουν ένα κενό στην εκπαίδευση σχετικά με την κλιματική αλλαγή, η οποία συχνά προκαλούσε συναισθήματα απογοήτευσης. Ενώ ορισμένοι συμμετέχοντες ενημερώνονταν σχετικά με το κλίμα στα πλαίσια των μαθημάτων φυσικών επιστημών, αυτό δεν ήταν καθολικό για όλους τους συμμετέχοντες. Όσοι ασχολήθηκαν με την κλιματική αλλαγή στο σχολείο ανέφεραν ότι η κλιματική αλλαγή παρουσιάστηκε εν συντομία χωρίς κανένα περιθώριο συζήτησης στη συνέχεια. Οι έφηβοι είναι ιδιαίτερα ευάλωτοι στο να συναντήσουν ένα ανησυχητικό άρθρο ή ένα ειδησεογραφικό βίντεο που δεν μπορούν να ελέγξουν επαρκώς και φαίνεται ότι αντιλαμβάνονται το παράδοξο της περιορισμένης εκπαίδευσης σε ένα θέμα που δίνεται τόση σημασία στον έξω κόσμο (Drumm & Vandermause, 2023).

1.5.2 Διεθνείς έρευνες για το κλιματικό άγχος στους εφήβους

Η πρώτη μεγάλης κλίμακας έρευνα για το κλιματικό άγχος σε παιδιά και νέους πραγματοποιήθηκε από τον Hickman et al. το 2021, στην οποία συμμετείχαν 10.000 παιδιά και νέοι 16-25 ετών από δέκα χώρες (Αυστραλία, Βραζιλία, Γαλλία, Ινδία, Φιλανδία, Ηνωμένο Βασίλειο, ΗΠΑ, Νιγηρία, Πορτογαλία, Φιλιππίνες). Τα αποτελέσματα της έρευνας αναφέρουν υψηλά ποσοστά ανησυχίας σε όλες τις χώρες με το 59% να αισθάνεται πάρα πολύ ανήσυχο για την κλιματική αλλαγή και το 84% να αισθάνεται τουλάχιστον μέτρια ανησυχία. Ένα μεγάλο ποσοστό παιδιών και νέων σε όλο τον κόσμο αναφέρει ότι βιώνει ένα ευρύ φάσμα επώδυνων συναισθημάτων όπως λύπη, φόβο, θυμό, ενοχικότητα, ντροπή, απόγνωση, ανισχυρία, και κατάθλιψη. Τα συναισθήματα που ανέφεραν λιγότερο συχνά ήταν η αισιοδοξία και η αδιαφορία. Ένα ποσοστό μεγαλύτερο του 45% των ερωτηθέντων δήλωσε ότι τα συναισθήματά τους για την κλιματική αλλαγή επηρέαζαν αρνητικά την καθημερινή τους ζωή και την λειτουργικότητά τους. Ομοίως πολλοί ανέφεραν ότι έχουν αρνητικές σκέψεις σχετικά με την κλιματική αλλαγή και απαισιόδοξες πεποιθήσεις για το μέλλον. Πιο συγκεκριμένα οι ερωτηθέντες ανέφεραν ότι οι άνθρωποι απέτυχαν να φροντίσουν τον πλανήτη, το μέλλον προβλέπεται τρομακτικό, η ανθρωπότητα είναι καταδικασμένη, η ασφάλεια απειλείται, ότι δε θα έχουν πρόσβαση στις ίδιες ευκαιρίες που είχαν οι γονείς τους και πως διστάζουν πλέον να κάνουν παιδιά (Hickman et al., 2021).

Αυτό το άγχος και η ανησυχία των παιδιών και των νέων συνδέθηκε με την ανεπάρκεια των κυβερνήσεων και την αποτυχία τους να ανταποκριθούν στην

κλιματική κρίση. Οι συμμετέχοντες αξιολόγησαν αρνητικά τις κυβερνητικές αποφάσεις και δράσεις σχετικά με την κλιματική αλλαγή και ανέφεραν ότι βιώνουν περισσότερο αισθήματα προδοσίας παρά καθησυχασμού (Hickman et al., 2021). Τέλος αξίζει να σημειωθεί ότι το κλιματικό άγχος επηρεάζει τα παιδιά και τους νέους τόσο σε χώρες που αντιμετωπίζουν ήδη τις εκτεταμένες φυσικές επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής, όπως οι Φιλιππίνες, όσο και σε χώρες όπου οι άμεσες επιπτώσεις δεν είναι ακόμη τόσο σοβαρές, όπως το Ηνωμένο Βασίλειο (Hickman et al., 2021).

Οι Sciberras & Fernando δημοσίευσαν το 2022 τα αποτελέσματα μιας διαχρονικής μελέτης που διήρκησε 8 χρόνια. Στη συγκεκριμένη έρευνα έλαβαν μέρος αυστραλιανοί έφηβοι από την ηλικία 10–11 έως την ηλικία 18–19 ετών και συλλέχθηκαν δεδομένα σχετικά με την ανησυχία τους για την κλιματική αλλαγή. Σύμφωνα με τα αποτελέσματα της έρευνας οι περισσότεροι έφηβοι βιώνουν κάποια ανησυχία που σχετίζεται με την κλιματική αλλαγή από την πρώιμη έως την ύστερη εφηβεία. Πιο συγκεκριμένα το 13% εφήβων ανέφεραν επίμονη ανησυχία, το 24,9% ανέφεραν μέτρια ανησυχία και το 24,3% αυξανόμενη ανησυχία (Sciberras & Fernando, 2022).

Επίσης με βάση τα αποτελέσματα της ίδιας μελέτης οι έφηβοι με επίμονο και αυξανόμενο άγχος για το κλίμα υιοθετούν περισσότερο συμπεριφορές κοινωνικής δέσμευσης και το άγχος τους φαίνεται να έχει θετικά αποτελέσματα και να γίνεται εποικοδομητικό. Ταυτόχρονα οι έφηβοι που ανέφεραν έντονα συναισθήματα αγωνίας για το κλίμα είχαν αυξανόμενα συμπτώματα κατάθλιψης σε σχέση με εκείνους που ανέφεραν μέτρια ανησυχία (Sciberras & Fernando, 2022). Οι Sciberras & Fernando (2022) υποστηρίζουν ότι οι γονείς, οι δάσκαλοι και οι επαγγελματίες ψυχικής υγείας θα πρέπει να υποστηρίζουν τα παιδιά και τους εφήβους που βιώνουν έντονα συναισθήματα άγχους για το κλίμα και να διασφαλίζουν ότι οι ανησυχίες τους αξιοποιούνται εποικοδομητικά.

Σε μια πιο πρόσφατη διαδικτυακή μελέτη των Galway & Field (2023) έλαβαν μέρος 1000 νέοι 16–25 ετών από όλο τον Καναδά. Τα αποτελέσματα της έρευνας δείχνουν ότι οι νεαροί Καναδοί βιώνουν ποικίλα αρνητικά συναισθήματα για την κλιματική αλλαγή. Αναλυτικότερα το 56% των ερωτηθέντων ανέφερε ότι αισθάνεται φόβο, θλίψη, άγχος και αδυναμία, το 78% ανέφερε ότι η κλιματική αλλαγή επηρεάζει τη συνολική ψυχική τους υγεία και το 37% ανέφερε ότι τα συναισθήματά τους για την

κλιματική αλλαγή επηρεάζουν αρνητικά την καθημερινή τους ζωή και λειτουργία. Επιπλέον τα δεδομένα δείχνουν ότι η κλιματική αλλαγή επηρεάζει αρνητικά τις σκέψεις για το μέλλον τους. Για παράδειγμα, το 39% των συμμετεχόντων διστάζει να αποκτήσει παιδιά, το 73% θεωρεί ότι το μέλλον είναι τρομακτικό και το 76% υποστηρίζει ότι οι άνθρωποι απέτυχαν να φροντίσουν τον πλανήτη. Τέλος οι νεαροί канаδοί αξιολόγησαν αρνητικά την κυβέρνηση όσον αφορά την αντιμετώπιση της κλιματικής κρίσης και ανέφεραν ότι νιώθουν περισσότερο προδομένοι παρά καθησυχασμένοι (Galway & Field, 2023).

Οι Turcotte-Tremblay et al. (2023) διεξήγαγαν έρευνα σε 113 σχολεία δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης στο Κεμπέκ του Καναδά. Οι έφηβοι που συμμετείχαν ήταν περισσότεροι από 48.000 και απάντησαν σε ερωτήσεις σχετικά με το κλιματικό άγχος, την αυτό-αποτελεσματικότητα και τη συμπεριφορική δέσμευση. Σύμφωνα με τα αποτελέσματα της έρευνας το 11% των ερωτηθέντων εφήβων ανέφεραν ότι δυσκολεύονται στον ύπνο και επηρεάζεται αρνητικά η καθημερινή λειτουργικότητά τους εξαιτίας των σκέψεων που έχουν για την κλιματική αλλαγή. Το 44% των εφήβων ανέφερε ότι διαφοροποίησαν τις συνήθειες τους προς την κατεύθυνση της αντιμετώπισης του προβλήματος ενώ μόλις το 35% των εφήβων πίστευε ότι μπορούν να αναστείλουν την εξέλιξη αυτής της κατάστασης. Επίσης είναι σημαντικό να αναφέρουμε ότι οι έφηβοι που είχαν καλή σχέση και επικοινωνία με την οικογένειά τους και ισχυρή σχολική διασύνδεση ανησυχούσαν λιγότερο για την κλιματική αλλαγή και συμμετείχαν περισσότερο στον αγώνα για την αντιμετώπισή της. Τέλος οι έφηβοι που προέρχονται από τα χαμηλά οικονομικά στρώματα ανέφεραν ότι ανησυχούσαν περισσότερο αλλά δεν έδειχναν αφοσιωμένοι προς την κατεύθυνση της αντιμετώπισης του προβλήματος (Turcotte-Tremblay et al., 2023).

Η παραπάνω μελέτη τονίζει τη θετική σχέση μεταξύ των πεποιθήσεων των εφήβων σχετικά με την ικανότητά τους να αντιμετωπίσουν αποτελεσματικά την κλιματική αλλαγή και της φιλοπεριβαλλοντικής συμπεριφοράς. Οι ερευνητές κατέληξαν στο συμπέρασμα ότι οι περισσότεροι έφηβοι δεν είχαν αναπτύξει επαρκώς το αίσθημα της αυτό-αποτελεσματικότητας απέναντι στην κλιματική κρίση. Επομένως μια σημαντική στρατηγική για την προώθηση φιλοπεριβαλλοντικών δράσεων είναι η καλλιέργεια της αυτό-αποτελεσματικότητας των εφήβων καθώς και η ενίσχυση των πεποιθήσεων τους σχετικά με την ικανότητά τους να βοηθήσουν στην αντιμετώπιση του ζητήματος μέσω προγραμμάτων ενδυνάμωσης (Turcotte-Tremblay et al., 2023).

Το 2023 πραγματοποιήθηκε μια έρευνα στην Αυστραλία στην οποία συμμετείχαν 1.943 νέοι 15–19 ετών. Η έρευνα είχε στόχο να διερευνήσει κατά πόσο ανησυχούν οι έφηβοι και οι νέοι για την κλιματική αλλαγή και ποια είναι τα συναισθήματα τους σχετικά με αυτή. Οι συμμετέχοντες ανέφεραν ότι ανησυχούν πολύ για την κλιματική αλλαγή και ως κλιματικά συναισθήματα ανέφεραν την ανησυχία, την αδυναμία και την απογοήτευση. Πολύ σημαντική διαπίστωση της συγκεκριμένης έρευνας είναι ότι οι νέοι θέλουν να συζητούν και να μοιράζονται τα κλιματικά τους συναισθήματα όταν νιώθουν ότι τους λαμβάνουν σοβαρά υπόψη και η φωνή τους ακούγεται. Ακόμη ήταν πιο πιθανό να αισθάνονται άνετα να συζητούν για το κλίμα με συνομηλίκους ή νέας ηλικίας άτομα και οι συνομιλίες να εστιάζουν στην ελπίδα (Jones & Lucas, 2023).

Σε ακόμα πιο πρόσφατη έρευνα που συμμετείχαν 2652 έφηβοι 14-18 ετών από την Κένυα η πλειοψηφία των ερωτηθέντων (69,9%) ανέφερε ότι ανησυχούσε για την κλιματική αλλαγή. Η ανησυχία, ο θυμός, ο φόβος και η αδυναμία για ανάληψη δράσης ήταν τα κύρια κλιματικά συναισθήματα που δήλωσαν οι έφηβοι ότι βιώνουν. Επίσης σύμφωνα με τα αποτελέσματα της έρευνας, η ανησυχία για την κλιματική αλλαγή και το αίσθημα της αδυναμίας για τον μετριασμό και την αντιμετώπισή της ήταν προγνωστικοί παράγοντες αυτοκτονικών σκέψεων στους εφήβους (Ndeti et al., 2024).

1.6 Ο ρόλος της εκπαίδευσης και της οικογένειας στην διαχείριση του κλιματικού άγχους των εφήβων

1.6.1 Ο ρόλος της εκπαίδευσης

Τα παραπάνω ερευνητικά δεδομένα δείχνουν ότι πολλοί έφηβοι αισθάνονται άγχος, ανησυχία και αδυναμία να αντιμετωπίσουν την κλιματική αλλαγή. Επομένως το κλιματικό άγχος θέτει πολλές προκλήσεις στην εκπαίδευση για το περιβάλλον και την αειφορία και πολλοί μελετητές από διάφορους τομείς της εκπαιδευτικής έρευνας έχουν ασχοληθεί με το ρόλο της εκπαίδευσης στη διαχείριση του κλιματικού άγχους και των αρνητικών συναισθημάτων εξαιτίας της κλιματικής κρίσης. Το σχολείο χωρίς καμία αμφιβολία διαδραματίζει καθοριστικό ρόλο στην υποστήριξη και στην ενθάρρυνση των εφήβων με στόχο την ενεργή συμμετοχή τους στον μετριασμό της κλιματικής αλλαγής. Η δράση θεωρείται το αντίδοτο και η βασική απάντηση στα

συναισθήματα άγχους, θλίψης και απόγνωσης που αντιμετωπίζουν οι έφηβοι (Crandon et al., 2022).

Η δράση είναι μία βασική έννοια που συνδέεται άρρηκτα με την εκπαίδευση για το περιβάλλον και την αειφορία. Η δράση στοχεύει σε αποφάσεις που σχετίζονται τόσο σε αλλαγές στον προσωπικό τρόπο ζωής όσο και σε αλλαγές στις κοινωνικές συνθήκες που στέκονται εμπόδιο στην αειφόρο ανάπτυξη (Ojala, 2015. Φλογαΐτη, 2011). Σε αυτό το πλαίσιο διαμορφώθηκε από τους Jensen και Schnack το μοντέλο ανάπτυξης ικανότητας δράσης το οποίο αφορά την ανάπτυξη της ικανότητας δράσης των μαθητών και εμπεριέχει τέσσερις συνιστώσες (Ojala, 2015. Φλογαΐτη, 2011). Πρώτον εμπεριέχει τη γνώση, την κατανόηση και την κριτική διερεύνηση του ζητήματος της κλιματικής αλλαγής. Η ακριβής κατανόηση των αιτιών, των επιπτώσεων και των λύσεων της κλιματικής αλλαγής που προτείνονται από τους ειδικούς είναι αναγκαία για τη δράση και την ενδυνάμωση των μαθητών, ενώ οι εσφαλμένες αντιλήψεις και η έλλειψη πληροφοριών είναι πιθανό να ενισχύσουν το κλιματικό άγχος, την αδράνεια και την παθητικότητα (Crandon et al., 2022). Η δεύτερη συνιστώσα αφορά τη θέληση και την ανάπτυξη της διάθεσης για συμμετοχή και φιλοπεριβαλλοντική δέσμευση και η τρίτη σχετίζεται με τη δυνατότητα των μαθητών να οραματίζονται ένα αειφόρο μέλλον. Τέλος πρέπει να δίνεται η ευκαιρία στους μαθητές να διερευνούν, να αξιολογούν και να επιλέγουν στρατηγικές δράσης (Ojala, 2015. Φλογαΐτη, 2011). Οι ευκαιρίες για συμμετοχή σε δράσεις και τα εκπαιδευτικά προγράμματα που προωθούν την ενεργή συμμετοχή και τη δέσμευση ευαισθητοποιούν τους μαθητές, ενισχύουν την αυτό-αποτελεσματικότητα και την φιλοπεριβαλλοντική συμπεριφορά (Crandon et al., 2022). Το σχολείο λοιπόν μπορεί να προωθήσει δυναμικά τη συλλογική δράση, ενθαρρύνοντας τους μαθητές να συμμετέχουν σε δράσεις που θα συμβάλλουν στην αειφορία και θα ενισχύσουν την ανθεκτικότητα της κοινότητας (Magklara et al., 2024).

Στο πλαίσιο της εκπαίδευσης για το περιβάλλον και την αειφορία η δράση θεωρείται ως η μάθηση και η εμπειρία για την ανάπτυξη της ικανότητας δράσης των μαθητών τόσο στο κοινωνικοπολιτικό όσο και στο εκπαιδευτικό πεδίο στοχεύοντας στην κοινωνική αλλαγή. Η δράση θεμελιώνεται στις αξίες της αειφορίας, στην κριτική σκέψη και στον πολιτικό γραμματισμό και με αυτά τα εφόδια οι νέοι μπορούν να υπερασπίζονται τις απόψεις τους και να εμπλέκονται σε υπεύθυνες πράξεις για ένα πιο βιώσιμο και ανθρώπινο κόσμο (Φλογαΐτη, 2011).

Η ανάληψη δράσης για την αντιμετώπιση της κλιματικής κρίσης συνδέεται άρρηκτα με την καλλιέργεια της ελπίδας, οπότε η οικοδόμηση της ελπίδας πρέπει να είναι ένας από τους βασικούς στόχους της εκπαίδευσης για την αντιμετώπιση του άγχους των μαθητών. Η ελπίδα μετριάσει τα συναισθήματα φόβου και τις παραλυτικές συνέπειες του και ωθεί τα άτομα σε δράση. Η δράση με τη σειρά της γεννά ελπίδα και βοηθά τα άτομα να διαχειρίζονται το φόβο τους (Magklara et al., 2024). Σύμφωνα με την Ojala (2012, 2015), η περιβαλλοντική συμπεριφορά των εφήβων μαθητών συσχετίζεται με την εποικοδομητική ελπίδα ενώ το άγχος για την κλιματική αλλαγή αυξάνεται όταν απουσιάζει η πολιτική δράση. Η ελπίδα οικοδομείται και ενισχύεται όταν δίνεται έμφαση σε παγκόσμια προβλήματα του παρελθόντος που έχουν επιλυθεί επισημαίνοντας ταυτόχρονα τις λύσεις και για την κλιματική κρίση (Sanson et al., 2019).

Η Ojala (2012, 2015) υποστηρίζει ότι υπάρχουν τρεις στρατηγικές οι οποίες βοηθούν τα παιδιά να διαχειριστούν το άγχος και το στρες που τους προκαλεί η κλιματική αλλαγή οι οποίες βασίζονται στην προώθηση και στην ενδυνάμωση της εποικοδομητικής ελπίδας. Η πρώτη στρατηγική που ονομάζεται αντιμετώπιση εστιασμένη στο πρόβλημα περιλαμβάνει προσπάθειες για τον περιορισμό των αιτιών της κλιματικής αλλαγής και έχει ως αποτέλεσμα να μεν φιλοπεριβαλλοντικές συμπεριφορές αλλά και συναισθήματα άγχους από την συνεχόμενη επαφή με το πρόβλημα. Με τη δεύτερη στρατηγική, που ονομάζεται αντιμετώπιση εστιασμένη στο συναίσθημα, οι μαθητές με την αποστασιοποίηση από το θέμα και με την υποβάθμιση της σοβαρότητας του προβλήματος προσπαθούν να μετριάσουν τα συναισθήματα άγχους που βιώνουν. Βέβαια η τρίτη στρατηγική, δηλαδή η αντιμετώπιση εστιασμένη στο νόημα, είναι αυτή που έχει αποτέλεσμα την πιο ενεργή συμμετοχή σε περιβαλλοντικά ζητήματα και ακόμη συνδέθηκε με υψηλότερα ποσοστά ευημερίας, ικανοποίησης και αισιοδοξίας. Η αντιμετώπιση με επίκεντρο το νόημα φαίνεται ότι ενεργοποιεί θετικά συναισθήματα όπως η ελπίδα, η θετική επανεκτίμηση και η εμπιστοσύνη στους άλλους που έχουν ως αποτέλεσμα την εύρεση μιας νέας προοπτικής, τη μακροπρόθεσμη δέσμευση και τη συλλογική δράση (Ojala, 2012, 2015).

Το σχολείο πρέπει να βοηθήσει τα παιδιά και τους εφήβους όχι μόνο να αποκτήσουν περισσότερες γνώσεις για την κλιματική αλλαγή αλλά να υποστηρίξει στρατηγικά την αυξανόμενη συνειδητοποίηση, την πολιτική εμπλοκή και τις συναισθηματικές τους

αντιδράσεις. Το σχολείο μπορεί να εφαρμόσει τις στρατηγικές αντιμετώπισης που επικεντρώνονται στο πρόβλημα, στο συναίσθημα και στο νόημα προσκαλώντας στη σχολική τάξη ανθρώπους που δραστηριοποιούνται σε οργανώσεις για το περιβάλλον και την κλιματική αλλαγή, χρησιμοποιώντας την τέχνη και τη λογοτεχνία, δίνοντας χώρο και χρόνο στην εξωτερίκευση των συναισθημάτων και ενθαρρύνοντας την πραγματοποίηση εποικοδομητικών συζητήσεων μεταξύ ετερογενών ομάδων (Ojala, 2016. Baker et al., 2021). Τα σχολεία μπορούν επίσης να ενθαρρύνουν και να υποστηρίξουν τη συμμετοχή των νέων σε πρωτοβουλίες ακτιβιστών, όπως για παράδειγμα οι σχολικές απεργίες για την κλιματική αλλαγή. Έτσι τα παιδιά και οι έφηβοι θα νιώσουν ότι η φωνή και οι ανησυχίες τους εκτιμώνται από τους ενήλικες και το εκπαιδευτικό σύστημα και επομένως θα είχαν περισσότερη εμπιστοσύνη στους άλλους και θα περιορίζονταν τα συναισθήματα απόγνωσης και αποδυνάμωσης (Ojala & Bengtsson, 2019).

Αξίζει επίσης να αναφερθεί ότι πρέπει να δοθεί έμφαση στην ψυχοκοινωνική και συναισθηματική διάσταση της εκπαίδευσης. Είναι πολύ σημαντικό το σχολείο να διαμορφώσει ένα μαθησιακό περιβάλλον που αρχικά θα αναγνωρίζει και ύστερα θα μπορεί να διαχειρίζεται τα συναισθήματα των παιδιών και των εφήβων που σχετίζονται με το κλιματικό άγχος (Magklara et al., 2024). Η Ojala (2016) τονίζει τη σημασία της *«κριτικής συναισθηματικής επίγνωσης»* τόσο για τους εκπαιδευτικούς όσο και για τους μαθητές. Μέσα από την κριτική κατανόηση των συναισθημάτων το άγχος και η ανησυχία των μαθητών μεταφράζονται ως υγιείς και φυσιολογικές απαντήσεις στα κοινωνικά προβλήματα (Ojala, 2016).

Τέλος μια σημαντική στρατηγική αντιμετώπισης της κλιματικής κρίσης και των αρνητικών συναισθημάτων που συνδέονται με αυτή είναι η προώθηση της επαφής και της σύνδεσης των παιδιών με τη φύση. Η επαφή του ανθρώπου με τη φύση ανακουφίζει τα συμπτώματα του άγχους και της κατάθλιψης και προωθεί την φιλοπεριβαλλοντική συμπεριφορά (Magklara et al., 2024). Επίσης μελέτες δείχνουν ότι τα υψηλότερα επίπεδα σύνδεσης με τη φύση, που αναφέρεται στην υποκειμενική αίσθηση ενός ατόμου για τη σχέση του με τον φυσικό κόσμο, συνδέονται θετικά με υψηλότερα επίπεδα ευεξίας και βιώσιμων συμπεριφορών (Martin et al., 2020. Bezeljak et al., 2023 στο Magklara et al., 2024). Τα εκπαιδευτικά ιδρύματα για να ενισχύσουν την επαφή και τη σύνδεση με τη φύση μπορούν να ενσωματώσουν στο πρόγραμμα τους τακτικές επισκέψεις σε φυσικές περιοχές και να οργανώνουν

μαθήματα και διδασκαλίες σε εξωτερικούς χώρους. Έτσι το φυσικό περιβάλλον θα χρησιμοποιείται και ως φόντο αλλά και ως πηγή μάθησης (Magklara et al., 2024).

Μέχρι σήμερα έχουν διεξαχθεί λίγες έρευνες σχετικά με το τι περιμένουν οι ίδιοι έφηβοι από την εκπαίδευση και το σχολείο για την αντιμετώπιση των αρνητικών συναισθημάτων που βιώνουν εξαιτίας της κλιματικής αλλαγής και της κλιματικής κρίσης. Σύμφωνα με την έρευνα των Galway & Field (2023), 6 στους 10 νέους Καναδούς υποστηρίζουν ότι το εκπαιδευτικό σύστημα στον Καναδά πρέπει να εστιάσει περισσότερο στη δράση για τον μετριασμό της κλιματικής αλλαγής και θα πρέπει να επικεντρωθεί περισσότερο στις κοινωνικές και συναισθηματικές διαστάσεις της. Πιο συγκεκριμένα, οι νεαροί Καναδοί θεωρούν ότι το σχολείο πρέπει να υποστηρίζει την ψυχική και συναισθηματική τους υγεία και επιθυμούν η εκπαίδευση για την κλιματική αλλαγή να εστιάζει στις λύσεις των προβλημάτων και στις δράσεις για τον μετριασμό της κλιματικής αλλαγής. Όταν η διδασκαλία παρέχει ευκαιρίες για ενεργή συμμετοχή και ενθαρρύνει τη δράση περιορίζονται τα συναισθήματα άγχους, θλίψης, αδυναμίας, προδοσίας και φόβου που εκδηλώνουν οι νέοι. Τα ευρήματα της συγκεκριμένης έρευνας μας δείχνουν επίσης ότι οι канаδοί μαθητές θέλουν ψυχολογική υποστήριξη εντός του σχολείου όπως για παράδειγμα να έχουν πρόσβαση σε συμβουλευτικές υπηρεσίες και να υπάρχει δυνατότητα υποστήριξης τους σε ομάδες συζήτησης. Τέλος οι ερωτηθέντες αναφέρουν ότι επιθυμούν να νιώθουν ασφαλείς όταν εξωτερικεύουν τα συναισθήματά τους για την κλιματική αλλαγή και προτιμούν να λαμβάνουν ελπιδοφόρα μηνύματα για την αντιμετώπιση της κλιματικής αλλαγής που θα βασίζονται στην ανάληψη δράσης (Galway & Field, 2023).

1.6.2 Τα καθήκοντα και οι δυνατότητες του εκπαιδευτικού

Οι εκπαιδευτικοί αναλαμβάνουν ένα σύνθετο και καθοριστικής σημασίας ρόλο σε όλη την εκπαιδευτική διαδικασία, οπότε είναι πολύ σημαντικό να αναφερθούμε και στα καθήκοντα και στις δυνατότητες του εκπαιδευτικού σχετικά με τη διαχείριση του κλιματικού άγχους των εφήβων μαθητών. Οι εκπαιδευτικοί δεν έχουν την κατάρτιση και τα απαιτούμενα εργαλεία για να αντιμετωπίσουν τα συναισθήματα που σχετίζονται με το κλιματικό άγχος των μαθητών και επομένως δεν μπορούν να εφαρμόσουν αποτελεσματικά τις παραπάνω στρατηγικές αντιμετώπισης (Magklara et al., 2024). Η κατάρτιση των εκπαιδευτικών δεν πρέπει να περιλαμβάνει μόνο την ενημέρωση και την απόκτηση γνώσεων. Οι εκπαιδευτικοί σε συνεργασία με τους

ειδικούς ψυχικής υγείας και τις συμβουλές των δευτέρων θα μπορέσουν να ακούσουν και να επικυρώσουν τα συναισθήματα των μαθητών. Επιπλέον η κατάρτιση των εκπαιδευτικών θα πρέπει να περιλαμβάνει τις εξελίξεις στην επιστήμη της οικοψυχολογίας για την ενίσχυση της σύνδεσης μεταξύ των παιδιών και του φυσικού περιβάλλοντος και τις γνώσεις γύρω από τις θεραπευτικές ιδιότητες της τέχνης και πως μπορούν να χρησιμοποιηθούν πιο αποτελεσματικά στο μαθησιακό περιβάλλον (Magklara et al., 2024).

Σύμφωνα με τον Pihkala (2020) ο κάθε εκπαιδευτικός πρέπει να αναστοχαστεί και να προβεί σε μια εσωτερική διεργασία ώστε να αναπτυχθεί η συναισθηματική του ανθεκτικότητα και να αποφευχθεί η δυσπροσάρμοστη συναισθηματική επικοινωνία με τους μαθητές του. Επίσης ο εκπαιδευτικός θα πρέπει να αναγνωρίζει και να επιβεβαιώνει τα συναισθήματα άγχους και ανησυχίας των μαθητών του αλλά να παραδέχεται και ο ίδιος τις αγωνίες και τα επώδυνα συναισθήματα που ίσως βιώνει. Όταν ο ίδιος ο εκπαιδευτικός παραδέχεται την ευπάθεια, την αδυναμία, το άγχος και την αβεβαιότητα που αισθάνεται αποτελεί ένα πολύ σημαντικό πρότυπο και ενθαρρύνει τα παιδιά να μοιραστούν τα συναισθήματα και τις εμπειρίες τους νιώθοντας ασφάλεια και έτσι εκπαιδευτικός και μαθητής εισέρχονται στον ίδιο συναισθηματικό χώρο (Pihkala, 2020).

Ψυχολόγοι και εκπαιδευτικοί ερευνητές έχουν διαπιστώσει πολλά οφέλη από τη συζήτηση του κλιματικού άγχους και των οικολογικών συναισθημάτων σε ένα ασφαλές σχολικό περιβάλλον, επομένως οι εκπαιδευτικοί οφείλουν να παρέχουν ευκαιρίες στους μαθητές να συζητούν και να εκφράζουν ανοιχτά οτιδήποτε νιώθουν και βιώνουν σε σχέση με την κλιματική αλλαγή (Pihkala, 2020). Με τον ανοιχτό διάλογο και την εξωτερίκευση των συναισθημάτων τόσο των εκπαιδευτικών όσο και των μαθητών, οι εκπαιδευτικοί μπορούν να δημιουργήσουν μια σχολική τάξη που καλωσορίζει τόσο τα αρνητικά όσο και τα θετικά συναισθήματα και ενθαρρύνει την έκφρασή τους. Η εξωτερίκευση και το μοίρασμα των συναισθημάτων ανακουφίζει τα παιδιά από τα έντονα συναισθήματα άγχους και αδυναμίας καθώς συνειδητοποιούν ότι υπάρχουν και άλλοι συνομήλικοι και ενήλικες που βιώνουν τα ίδια συναισθήματα (Baker et al., 2021).

Οι εκπαιδευτικοί εκτός από το να ενθαρρύνουν τους μαθητές τους να συζητήσουν τα συναισθήματα και τις εμπειρίες τους θα πρέπει να είναι ικανοί να υποστηρίξουν ψυχολογικά τους εφήβους ώστε να διασφαλίζουν ότι οι ανησυχίες τους επικυρώνονται και αξιοποιούνται προς εποικοδομητικές απαντήσεις σε ζητήματα που

σχετίζονται με την κλιματική αλλαγή (Sciberras & Fernando, 2022). Οι εκπαιδευτικοί θα πρέπει να παρουσιάζουν πληροφορίες για την κλιματική αλλαγή με τρόπο που να ενισχύεται και να προωθείται το αίσθημα της αυτό-αποτελεσματικότητας καθώς και το αίσθημα της εμπιστοσύνης σε κοινωνικούς παράγοντες με σκοπό την οικοδόμηση της ελπίδας και της ανθεκτικότητας. Για παράδειγμα οι εκπαιδευτικοί πρέπει να εστιάζουν στις δημιουργικές λύσεις που μπορούν εφαρμόσουν οι άνθρωποι για να μειώσουν τις εκπομπές διοξειδίου του άνθρακα και όχι στις καταστροφικές επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής (Baker et al., 2021).

Δεδομένου ότι η δράση και τα συναισθήματα αποτελεσματικότητας περιορίζουν το κλιματικό άγχος, οι εκπαιδευτικοί όταν προσφέρουν πληροφορίες και ευκαιρίες για περιβαλλοντική δράση βοηθούν τους μαθητές τους στην αντιμετώπιση των αρνητικών συναισθημάτων. Δεδομένου ότι ο περιβαλλοντικός ακτιβισμός των πολιτών δεν είναι προσβάσιμος σε όλους τους μαθητές, γεγονός που μπορεί να προκαλέσει αισθήματα ανεπάρκειας σε ορισμένους από αυτούς, οι εκπαιδευτικοί μπορούν να εξομαλύνουν τέτοιου είδους συναισθήματα ενημερώνοντας τους μαθητές σχετικά με το ευρύ φάσμα των πιθανών μορφών παραγωγικής δράσης (Pihkala, 2020). Η δημιουργία εμπειριών που βοηθούν τους μαθητές να συμμετέχουν ενεργά στον μετριασμό των επιπτώσεων της κλιματικής αλλαγής έχει ως αποτέλεσμα τόσο την οικοδόμηση της ελπίδας των παιδιών για το μέλλον όσο και την τόνωση της περιβαλλοντικής δέσμευσης και δράσης. Όσο περισσότερα παιδιά μπορούν να οραματιστούν ένα μέλλον στο οποίο θα ήθελαν να ζήσουν, τόσο πιο από γίνεται αυτό το μέλλον (Baker et al., 2021).

1.6.3 Ο ρόλος της οικογένειας

Η οικογένεια είναι ένας καθοριστικός παράγοντας επιρροής των παιδιών και των εφήβων στον τρόπο που αντιλαμβάνονται την κλιματική αλλαγή και στα συναισθήματα που βιώνουν (Crandon et al., 2022. Baker et al., 2021). Η συμπεριφορά, οι περιβαλλοντικές αξίες των γονιών επηρεάζουν τις αντιλήψεις και τα συναισθήματα των παιδιών τους σχετικά με την κλιματική αλλαγή. Όταν οι γονείς συζητούν με τα παιδιά τους για την κλιματική αλλαγή παρέχοντας μόνο αρνητικές και απειλητικές πληροφορίες, αυξάνουν το άγχος και τον φόβο των παιδιών τους. Το γεγονός αυτό είναι ιδιαίτερα ανησυχητικό, όταν πολλές οικογένειες πλέον βρίσκονται αντιμέτωπες με στρεσογόνους παράγοντες όπως η αναγκαστική μετανάστευση, η

οικονομική πίεση, οι φυσικές καταστροφές, οι θάνατοι και οι ασθένειες εξαιτίας της κλιματικής αλλαγής (Crandon et al., 2022).

Η ρεαλιστική και ειλικρινής συζήτηση μεταξύ των γονιών και των παιδιών τους σχετικά με την κλιματική αλλαγή είναι παράγοντας ενδυνάμωσης και των δύο πλευρών. Οι γονείς πρωτίστως βέβαια θα πρέπει να μάθουν να διαχειρίζονται το δικό τους άγχος ώστε να μπορούν να διαχειριστούν τα συναισθήματα των παιδιών, να συζητούν κριτικά και εποικοδομητικά με τα παιδιά τους και έτσι να δημιουργούν μια ήρεμη και αισιόδοξη προοπτική του ζητήματος. Οι συνομιλίες στο σπίτι θα πρέπει να προσανατολίζονται στη δράση για τον μετριασμό των επιπτώσεων της κλιματικής αλλαγής και όχι στις καταστροφικές συνέπειες και στις διαφαινόμενες απειλές τις κλιματικής αλλαγής (Baker et al., 2021).

Με βάση τη μελέτη των Baker et al. (2021), οι γονείς αντιλαμβάνονται τον ρόλο τους στην αντιμετώπιση του κλιματικού άγχους των παιδιών κυρίως ως ενθάρρυνση και υποστήριξη για δράση. Κάποιοι εξέφρασαν αυτή την υποστήριξη πιο υλικοτεχνικά, δηλαδή δίνοντάς βιβλία στα παιδιά και αναζητώντας τοπικές πρωτοβουλίες για να εμπλακούν ενώ άλλοι θεώρησαν σημαντικό να τονίσουν τον αντίκτυπο που μπορεί να έχουν οι πράξεις τους και να τους βοηθήσουν να διατηρήσουν μια συναισθηματική ισορροπία (Baker et al., 2021).

Σύμφωνα με τη μελέτη των Léger-Goodes et al. (2023), τα συναισθήματα των γονιών σχετικά με την κλιματική αλλαγή όπως και το κλιματικό άγχος είναι πολύ πιθανό να είναι μεταδοτικά στα παιδιά. Τα αποτελέσματα της έρευνας έδειξαν ότι οι γονείς που εξέφρασαν είτε χαμηλά είτε υψηλά επίπεδα ανησυχίας για την κλιματική αλλαγή είχαν παιδιά που ανέφεραν συναισθήματα όπως φόβο, λύπη και θυμό. Βέβαια το πιο σημαντικό συμπέρασμα της συγκεκριμένης μελέτης είναι ότι τα παιδιά που βιώνουν συναισθήματα όπως λύπη, θυμό και ανησυχία για την κλιματική αλλαγή ανέφεραν ότι μπορούν να το διαχειριστούν καλύτερα όταν οι γονείς τους έχουν επίγνωση των ανησυχιών τους. Επομένως, είναι απαραίτητο οι γονείς να υποστηρίζουν τη συναισθηματική έκφραση των παιδιών τους και να δημιουργούνται οι κατάλληλες προϋποθέσεις για τη συζήτηση τέτοιων υπαρξιακών θεμάτων. Επιπλέον επειδή η νέα γενιά πρέπει να προσαρμοστεί σε ένα αειφόρο και λιγότερο ρυπογόνο κόσμο είναι πολύ σημαντικό οι γονείς να αντιμετωπίζουν το κλιματικό άγχος των παιδιών τους ως μια απάντηση στον μετριασμό της κλιματικής κρίσης, να τα ενδυναμώνουν και να προωθούν την κινητοποίηση και τη δράση (Léger-Goodes et al., 2023).

Σύμφωνα με τη μελέτη των Ojala & Bengtsson (2019), οι γονείς όταν έχουν ένα θετικό προσανατολισμό στην επικοινωνία τους σχετικά με την κλιματική αλλαγή μπορούν να επηρεάσουν τα παιδιά να αναπτύξουν στρατηγικές αντιμετώπισης που προάγουν την περιβαλλοντική δέσμευση και την ευημερία. Οι συγγραφείς διαπίστωσαν ότι όταν η επικοινωνία μεταξύ των γονιών και των εφήβων σχετικά με την κλιματική αλλαγή είναι προσανατολισμένη στη λύση, οικοδομείται η ανθεκτικότητα, μειώνονται τα αρνητικά συναισθήματα και προάγεται η δράση για το μετριασμό των επιπτώσεων της κλιματικής αλλαγής. Τα ίδια θετικά αποτελέσματα αναδείχθηκαν και όταν οι έφηβοι αισθάνονται ότι οι γονείς τους λαμβάνουν σοβαρά υπόψη τις σκέψεις και τις ανησυχίες τους σχετικά με την κλιματική αλλαγή και ενθαρρύνουν την προσωπική τους δράση. Αντίθετα όταν η επικοινωνία βασίζεται στις αρνητικές επιπτώσεις και στις καταστροφικές συνέπειες της κλιματικής αλλαγής και παραμελούνται τα συναισθήματα των εφήβων τότε αυξάνεται το άγχος, η απαισιοδοξία, η παθητικότητα και η αδράνεια (Ojala & Bengtsson, 2019).

2 Ερευνητικό μέρος

2.1 Μεθοδολογία έρευνας

2.1.1 Προβληματική και σημαντικότητα της έρευνας

Η κλιματική αλλαγή είναι μία από τις μεγαλύτερες προκλήσεις της σύγχρονης εποχής. Η αύξηση της θερμοκρασίας έχει οδηγήσει σε παγκόσμια αύξηση της συχνότητας και της έντασης ακραίων καιρικών φαινομένων όπως πλημμύρες, ξηρασία, κύματα καύσωνα και τυφώνες. Κάθε γωνιά του πλανήτη έχει υποστεί καθοριστικές αλλαγές εξαιτίας της κλιματικής αλλαγής η οποία έχει ήδη επηρεάσει αρνητικά το περιβάλλον, την ανθρώπινη υγεία, την οικονομία και την κοινωνία συνολικά (Cianconi et al., 2020. Innocenti et al., 2023). Το 2023 η μέση θερμοκρασία ξεπέρασε κατά 1,4°C τον προβιομηχανικό μέσο όρο και ο Μάϊος του 2024 σηματοδοτεί τον 12° συνεχόμενο μήνα που καταγράφονται θερμοκρασίες ρεκόρ σύμφωνα με την υπηρεσία παρακολούθησης του κλίματος της ΕΕ, Copernicus Climate Change (C3S).

Η κλιματική κρίση ως παγκόσμια απειλή προσδιορίζεται ως έκτακτη ανάγκη για τη δημόσια υγεία επηρεάζοντας τόσο τη σωματική όσο και τη ψυχική υγεία. Στη βιβλιογραφία έχουν κάνει την εμφάνιση τους νέοι όροι ψυχοπαθολογίας, όπως το

κλιματικό άγχος, το οικολογικό άγχος, η σολασταλγία, η οικο-παράλυση, η οικολογική θλίψη, η οικοφοβία οι οποίοι αποδεικνύουν ότι οι άνθρωποι εκδηλώνουν περίπλοκες συναισθηματικές αντιδράσεις εξαιτίας της παγκόσμιας κλιματικής κρίσης η οποία αποτελεί πρόκληση τόσο για την καθημερινή λειτουργικότητα όσο και για την ευημερία τους.

Σύμφωνα με τις έρευνες τα παιδιά και οι έφηβοι είναι ιδιαίτερα ευάλωτες ομάδες σε στρεσογόνους παράγοντες ψυχικής υγείας και ευεξίας λόγω του γρήγορου ρυθμού της ψυχικής τους ανάπτυξης και είναι επίσης ιδιαίτερα ευάλωτοι στις άμεσες και έμμεσες επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής (Crandon, et al., 2022. Coffey, et al., 2021. Gislason et al., 2021. Lawrance et al., 2022). Υπάρχει λοιπόν αυξανόμενη ανησυχία σχετικά με τους κινδύνους που θέτει η κλιματική αλλαγή τόσο στην ψυχοκοινωνική ανάπτυξη των παιδιών όσο και στην ανάπτυξη ψυχικών διαταραχών (Lawrance et al., 2022). Οι διεθνείς έρευνες αποδεικνύουν ότι οι περισσότεροι έφηβοι βιώνουν ένα ευρύ φάσμα επώδυνων συναισθημάτων όπως άγχος, ανησυχία, θλίψη, θυμό, απογοήτευση, εκφράζουν απαισιοδοξία για το μέλλον και κάποιοι επηρεάζονται αρνητικά στην καθημερινότητά τους (Crandon, et al., 2022. Coffey, et al., 2021. Gislason et al., 2021. Hickman et al., 2021. Sciberras & Fernando, 2022. Turcotte-Tremblay et al., 2023).

Η Ελλάδα δεν έχει μείνει ανεπηρέαστη από τις καταστροφικές συνέπειες της κλιματικής αλλαγής. Οι επαναλαμβανόμενες πυρκαγιές που πλήττουν κάθε καλοκαίρι τη χώρα μας και οι ακραίες πλημμύρες όπως το Σεπτέμβριο του 2023 στην περιοχή της Θεσσαλίας οδηγούν τα άτομα και ιδιαίτερα τους νέους να συνειδητοποιούν τις διαφαινόμενες απειλές των επιπτώσεων της κλιματικής και είναι πιθανό να επηρεάζεται σημαντικά η κοινωνική, συναισθηματική και πνευματική τους ευημερία (Fritze et al., 2008. Hayes et al., 2018). Στην Ελλάδα δεν έχει πραγματοποιηθεί έρευνα που να διερευνά τα συναισθήματα των εφήβων σχετικά με την κλιματική αλλαγή και κατά πόσο επηρεάζει την καθημερινότητά τους και τα όνειρά τους για το μέλλον. Επομένως είναι πολύ σημαντικό να αναδειχθούν οι προβληματισμοί, οι σκέψεις και τα συναισθήματα των ελλήνων εφήβων διότι διασφαλίζοντας την ευημερία τους και έχοντας ως προτεραιότητα την ψυχική τους υγεία θέτουμε τις βάσεις για ένα βιώσιμο μέλλον (Magklara et al., 2024).

Επίσης το σχολείο είναι ένας βασικός παράγοντας στη διασταύρωση της ψυχικής υγείας των εφήβων και της κλιματικής κρίσης. Στην Ελλάδα δεν έχουν

πραγματοποιηθεί έρευνες σχετικά με το τι περιμένουν οι ίδιοι έφηβοι μαθητές από την εκπαίδευση και το σχολείο σχετικά με τη διαχείριση των αρνητικών συναισθημάτων που βιώνουν εξαιτίας της κλιματικής αλλαγής. Στον Καναδά σύμφωνα με την έρευνα των Galway & Field (2023), οι περισσότεροι έφηβοι θεωρούν ότι το σχολείο πρέπει να εστιάσει περισσότερο στη δράση για το μετριασμό της κλιματικής αλλαγής και να υποστηρίζει την ψυχική και συναισθηματική τους υγεία. Η επιτυχία στον αγώνα για τον μετριασμό και την προσαρμογή στην κλιματική αλλαγή εξαρτάται εγγενώς από την εκπαίδευση και την ενδυνάμωση των νέων να αναλάβουν ουσιαστική δράση επί του θέματος. Επομένως είναι πολύ σημαντικό να διερευνήσουμε τον τρόπο σκέψης των εφήβων, να αναδειχθεί το ζήτημα του κλιματικού άγχους και να αναδείξουμε τις προσδοκίες των εφήβων από το ελληνικό σχολείο σχετικά με την κλιματική αλλαγή και τη διαχείριση των κλιματικών τους συναισθημάτων.

2.1.2 Σκοπός και ερευνητικά ερωτήματα

Ο σκοπός της παρούσας μελέτης είναι να διερευνηθεί πώς αντιμετωπίζουν οι έφηβοι μαθητές στην Ελλάδα την κλιματική αλλαγή και να αναδείξει τον καθοριστικό ρόλο της εκπαίδευσης σχετικά αυτή. Πιο συγκεκριμένα η έρευνα μελετά τα συναισθήματα, το άγχος, τις ανησυχίες, τους προβληματισμούς και την πηγή ενημέρωσης των εφήβων σχετικά με την κλιματική αλλαγή και την παγκόσμια κλιματική κρίση. Επίσης η έρευνα επιχειρεί να διαπιστώσει αν και πώς τα συναισθήματα για την κλιματική αλλαγή επηρεάζουν την καθημερινότητά τους και τα όνειρα τους για το μέλλον και τέλος ποιος πιστεύουν ότι πρέπει να είναι ο ρόλος του σχολείου στη διαχείριση αυτών των συναισθημάτων.

Τα ερευνητικά ερωτήματα είναι τα εξής:

1. Ποια είναι τα συναισθήματα των εφήβων σχετικά με την κλιματική αλλαγή; Βιώνουν κλιματικό άγχος;
2. Επηρεάζει η κλιματική αλλαγή την καθημερινότητα των εφήβων και τα όνειρά τους για το μέλλον;
3. Ποιες είναι οι πηγές πληροφόρησης των εφήβων σχετικά με κλιματική αλλαγή;
4. Σύμφωνα με τις απόψεις των εφήβων ποιος πρέπει να είναι ο ρόλος του σχολείου στη διαχείριση των κλιματικών συναισθημάτων;

2.1.3 Η ποιοτική προσέγγιση

Η ποιοτική έρευνα αποτελεί ερευνητική στρατηγική που χρησιμοποιείται κυρίως στη διερεύνηση κοινωνικών ποιοτήτων δίνοντας έμφαση στις λέξεις και όχι στην ποσοτικοποίηση κατά τη συλλογή και την ανάλυση των δεδομένων (Bryman, 2017). Πιο συγκεκριμένα οι ποιοτικές προσεγγίσεις έχουν στόχο την αποκάλυψη σχέσεων και συσχετίσεων μεταξύ υποκειμένων και ομάδων, την περιγραφή, την ανάλυση και την κατανόηση κοινωνικών διαδικασιών, τη διατύπωση υποθέσεων για το κοινωνικό γίνεσθαι (Ιωσηφίδης, 2005). Η ποιοτική έρευνα επιδιώκει να απαντήσει κυρίως στα ερωτήματα «πώς» και «γιατί» μέσα από την περιγραφή, την ανάλυση, την ερμηνεία και την κατανόηση κοινωνικών φαινομένων, καταστάσεων και ομάδων (Ιωσηφίδης, 2005). Αντίθετα οι ποσοτικές μέθοδοι έρευνας θέτουν περιορισμένα ερωτήματα και αναζητούν μετρήσιμα δεδομένα τα οποία αναλύονται με χρήση στατιστικών μεθόδων (Creswell, 2011). Η ποσοτική έρευνα ναι μεν επιτρέπει έρευνα σε μεγάλο δείγμα αλλά η εξάρτηση από τα εργαλεία, οι κλειστές και όχι επεξηγηματικές απαντήσεις των ερωτηματολογίων οδηγούν σε επιφανειακές πληροφορίες και σε μια στατική εικόνα της κοινωνικής ζωής (Bryman, 2017).

Με βάση τα παραπάνω θεωρήσαμε καταλληλότερη στρατηγική για την παρούσα έρευνα την ποιοτική προσέγγιση καθώς φαινόμενα όπως οι αντιλήψεις, οι εμπειρίες και τα συναισθήματα είναι δύσκολο να αναχθούν σε μετρήσιμες ποσότητες. Επίσης οι υπάρχουσες μελέτες σχετικά με το κλιματικό άγχος και τις επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής στην ψυχική υγεία των εφήβων είναι κυρίως ποσοτικές. Είναι απαραίτητη λοιπόν η διεξαγωγή μίας ποιοτικής μελέτης που θα εστιάζει σε εκτενείς περιγραφές και αναλύσεις των εφήβων και θα περιλαμβάνει το σκεπτικό τους αλλά και τις αιτιάσεις στη βάση των οποίων στηρίζονται οι απόψεις τους. Επίσης η ποιοτική προσέγγιση μας δίνει τη δυνατότητα να αναλύσουμε ολιστικά τις συμπεριφορές και τα συναισθήματα των εφήβων εστιάζοντας σε σύνθετες μορφές αλληλεπιδράσεων με στόχο την ερμηνεία και την κατανόηση των βιωμάτων και υποκειμενικών νοημάτων αλλά και τη βαθύτερη προσέγγιση του σύνθετου και δυναμικού ρόλου της εκπαίδευσης (Ισαρη & Πούρκος, 2015).

2.1.4 Ομάδες εστίασης (focus groups)

Για την άντληση και τη συλλογή των ποιοτικών δεδομένων της παρούσας έρευνας χρησιμοποιήσαμε τη μέθοδο των ομάδων εστίασης (focus groups). Σύμφωνα με τον Morgan (1996: 130) η ομάδα εστίασης είναι «μια ερευνητική τεχνική που συλλέγει

δεδομένα μέσω ομαδικής αλληλεπίδρασης για ένα θέμα που καθορίζεται από τον ερευνητή». Αποτελεί μορφή ομαδικής συνέντευξης όπου οι ερωτήσεις εστιάζουν σε ένα πολύ συγκεκριμένο θέμα και δίνεται έμφαση στην αλληλεπίδραση που ενισχύεται και αναπτύσσεται μεταξύ των μελών της ομάδας και τη συνδιαμόρφωση του νοήματος (Bryman, 2017).

Στην παρούσα έρευνα επιλέξαμε τη συγκεκριμένη μέθοδο διότι μας επιτρέπει να διαμορφώσουμε μια αντίληψη σχετικά με την αιτία που τα άτομα, στην προκειμένη περίπτωση οι έφηβοι, νιώθουν κάθε φορά όπως νιώθουν και επίσης γιατί δίνει τη δυνατότητα στους συμμετέχοντες να αλληλοδιερευνήσουν τους λόγους που τους έχουν οδηγήσει σε αυτές τις απόψεις (Bryman, 2017). Ακόμη στο πλαίσιο της εστιασμένης ομαδικής συνέντευξης μέσα από την ομαδική διεργασία, τη συμφωνία, τη διαφωνία και την αντιπαράθεση των συμμετεχόντων ο ερευνητής διαμορφώνει μια πιο ρεαλιστική εικόνα για το τι σκέφτονται τα άτομα διότι αναγκάζονται να ξανασκεφτούν και ακόμα να επαναπροσδιορίσουν τις σκέψεις και τις απόψεις τους (Bryman, 2017). Ο Morgan (1996: 139) υποστηρίζει ότι *«η ικανότητα να παρατηρείται η έκταση και η φύση της συμφωνίας και της διαφωνίας των ερωτηθέντων είναι μια μοναδική δύναμη των ομάδων εστίασης»*. Τέλος οι ομάδες εστίασης είναι πολύ χρήσιμες διότι δίνουν τη δυνατότητα στον ερευνητή να εκμαιεύσει πλήθος στοιχείων καθώς και μεγάλο φάσμα απόψεων πάνω σε ένα συγκεκριμένο ζήτημα (Bryman, 2017).

Για την επιλογή των συμμετεχόντων στις ομάδες εστίασης πραγματοποιήσαμε σκόπιμη δειγματοληψία. Στη σκόπιμη δειγματοληψία ο ερευνητής επιλέγει εκ προθέσεως άτομα για να κατανοήσει το κεντρικό φαινόμενο με στόχο να εξασφαλίσει πλούτο πληροφοριών (Creswell, 2011). Στην έρευνα συμμετείχαν συνολικά 16 έφηβοι, 7 αγόρια και 9 κορίτσια ηλικίας 17-18 ετών και δημιουργήθηκαν 3 ομάδες εστίασης 4-6 ατόμων. Σύμφωνα με τον Morgan (1996) οι μικρότερες ομάδες είναι πιο κατάλληλες για έρευνες που αφορούν συναισθήματα, δίνουν περισσότερο χρόνο στον κάθε συμμετέχοντα να συζητήσει τις εμπειρίες και τις απόψεις του και διευκολύνει τον συντονιστή να διαχειρίζεται τη συζήτηση. Οι ομάδες που δημιουργήθηκαν ήταν ομοιογενείς ως προς την ηλικία και τη τάξη φοίτησης και σκοπός της ερευνήτριας ήταν οι έφηβοι της κάθε ομάδας να γνωρίζονται μεταξύ τους ώστε να υπάρχει ένα οικείο κλίμα στη συζήτηση το οποίο θα ενθαρρύνει τη συνεργασία και την

αλληλοϋποστήριξη των μελών της ομάδας με στόχο την εξωτερίκευση των συναισθημάτων, των εμπειριών και των απόψεων τους.

Οι εστιασμένες ομαδικές συνεντεύξεις διενεργήθηκαν τον Απρίλιο του 2024 σε ιδιωτικό χώρο εκπαίδευσης που είχε πρόσβαση η ερευνήτρια κατόπιν ενημέρωσης και συγκατάθεσης των ίδιων των συμμετεχόντων και των κηδεμόνων τους. Η σύσταση των ομάδων και οι συμμετέχοντες στην έρευνα παρουσιάζονται στον παρακάτω πίνακα.

1 ^ο focus group		2 ^ο focus group		3 ^ο focus group	
Όνομα	Ηλικία	Όνομα	Ηλικία	Όνομα	Ηλικία
Κώστας	17	Σίμος	18	Ελένη	18
Ηλιάνα	17	Φάνης	18	Βασιλική	18
Δανάη	17	Δώρα	18	Αλέξης	18
Δέσποινα	17	Αντώνης	18	Κατερίνα	18
		Άννα	18	Μιχάλης	18
		Βασίλης	18	Νίκη	18

2.1.5 Η μέθοδος ανάλυσης των δεδομένων

Στα πλαίσια της παρούσας εργασίας από τις διαφορετικές μεθόδους ανάλυσης ποιοτικών δεδομένων επιλέξαμε τη θεματική ανάλυση η οποία αποτελεί βασικό εργαλείο στην ποιοτική έρευνα καθώς είναι μια εύχρηστη μέθοδος που παρέχει σημαντικές δεξιότητες στους νέους ερευνητές (Ισαρη & Πούρκος, 2015). Η θεματική ανάλυση είναι «μια μέθοδος εντοπισμού, περιγραφής, αναφοράς και θεματοποίησης επαναλαμβανόμενων νοηματικών μοτίβων, δηλαδή θεμάτων που προκύπτουν από τα ερευνητικά δεδομένα» (Braun & Clark, 2006. Ίσαρη & Πούρκος, 2015). Οι Braun & Clark (2006) προτείνουν έξι στάδια για τη διεξαγωγή της θεματικής ανάλυσης τα οποία ακολουθήθηκαν και στην ανάλυση των δεδομένων της παρούσας έρευνας. Συνοπτικά τα βήματα που ακολουθήσαμε είναι τα εξής:

1. Εξοικείωση με τα δεδομένα: Είναι το πρώτο βήμα της θεματικής ανάλυσης και αναφέρεται στην «επαναλαμβανόμενη ανάγνωση» των δεδομένων με «ενεργητικό τρόπο» με στόχο την αναζήτηση νοημάτων και παράλληλη σημείωση κάποιων πρώτων ιδεών προς κωδικοποίηση. (Braun & Clark, 2006 :87)
2. Κωδικοποίηση: Η κωδικοποίηση περιλαμβάνει την παραγωγή αρχικών κωδικών από τα δεδομένα. Οι κωδικοί αποδίδουν και ονοματίζουν ένα χαρακτηριστικό - μια μονάδα νοήματος - που αναγνωρίζει ο ερευνητής σε κάποιο τμήμα των δεδομένων του και φαίνεται να είναι σημαντικό για τη διερεύνηση του υπό μελέτη φαινομένου (Braun & Clark, 2006).
3. Αναζήτηση θεμάτων: Όταν όλα τα δεδομένα έχουν κωδικοποιηθεί προχωράμε στο τρίτο στάδιο που είναι η αναζήτηση θεμάτων. Τα θέματα περιλαμβάνουν συνδυασμούς διαφορετικών κωδικών και αποτελούν μια ευρύτερη κατηγορία ανάλυσης (Braun & Clark, 2006). Είναι πολύ σημαντικός ο ρόλος του ερευνητή στην αναζήτηση θεμάτων διότι τα θέματα δεν βρίσκονται στα δεδομένα αλλά «στις σκέψεις του ερευνητή για τα δεδομένα» ο οποίος πρέπει να τα συνδέσει και να τους δώσει νόημα ανάλογα με τον ερευνητικό του σχεδιασμό (Braun & Clark, 2006 στο Ίσαρη & Πούρκος, 2015: 118).
4. Επανεξέταση των θεμάτων: Σε αυτό το στάδιο επανεξετάζουμε τα αρχικά θέματα διότι ορισμένα μπορεί να μην είναι πραγματικά θέματα αφενός λόγω έλλειψης επαρκών δεδομένων και αφετέρου μπορεί να χρειάζεται να συγχωνευτούν ή να διαχωριστούν. Αρχικά ο ερευνητής αν υπάρχει πρόβλημα συνεκτικότητας ώστε να αναθεωρηθεί το θέμα και κατά δεύτερον εξετάζεται η εγκυρότητα των θεμάτων, δηλαδή αν ο υποψήφιος θεματικός χάρτης απεικονίζει τα νοήματα των ερευνητικών δεδομένων εν συνόλω (Braun & Clark, 2006).
5. Ορισμός και ονομασία θεμάτων: Στο πέμπτο στάδιο ο ερευνητής καλείται να συντάξει λεπτομερή ανάλυση για κάθε θέμα και να το συνδέσει με τη γενικότερη ιστορία του συνόλου των δεδομένων και τα ερευνητικά ερωτήματα (Braun & Clark, 2006).
6. Έκθεση των δεδομένων – συγγραφή των ευρημάτων: Στη συγγραφή της ανάλυσης πρέπει να παρέχονται επαρκείς αποδείξεις, με αναφορά αποσπασμάτων, ώστε να πείθεται ο αναγνώστης για την αξία και την εγκυρότητα της ανάλυσης. Τα αποσπάσματα ενσωματώνονται σε μια αναλυτική αφήγηση η οποία δεν αποτελεί μια

απλή περιγραφή αλλά δημιουργεί επιχειρήματα σχετικά με τα ερευνητικά ερωτήματα (Braun & Clark, 2006).

2.2 Η παρουσίαση των αποτελεσμάτων της έρευνας

2.2.1 Τα συναισθήματα των εφήβων σχετικά με την κλιματική αλλαγή

Η ανάλυση των δεδομένων έδειξε ότι η κλιματική αλλαγή ως παγκόσμια περιβαλλοντική απειλή επηρεάζει την ψυχική υγεία των εφήβων. Οι περισσότεροι έφηβοι βιώνουν άγχος για το κλίμα που εκδηλώνεται με συναισθήματα όπως θλίψη, ανησυχία, ανασφάλεια, φόβος, ενοχικότητα, απογοήτευση, θυμό, αγανάκτηση, αδυναμία και παραίτηση.

Αρχικά οι έφηβοι αναφέρουν ότι βιώνουν ένα ευρύ φάσμα επώδυνων συναισθημάτων εξαιτίας της κλιματικής αλλαγής όπως θλίψη, άγχος και ανησυχία για το μέλλον της ανθρωπότητας, για το μέλλον των οικοσυστημάτων και του πλανήτη γενικότερα, για τη μεταβολή του κλίματος του πλανήτη και για τα ακραία καιρικά φαινόμενα που συνεπάγεται αυτή. Η Βασιλική(3ο) αναφέρει ότι βιώνει *«γενικά αρνητικά συναισθήματα»* όπως *«στεναχώρια, λύπη, θλίψη, ανησυχία για το τι θα συμβεί στο μακρινό μέλλον [...]θλίψη γιατί αυτό έχει ως αποτέλεσμα να καταστραφεί το περιβάλλον και η ανθρωπότητα γενικότερα»*. Η Δέσποινα (1^ο) αναφέρει πως αισθάνεται *«ανησυχία για το μέλλον, γιατί δε ξέρουμε που θα πάει αυτή η κατάσταση»* και η Δανάη(1^ο) αναφέρει: *«άγχος και ανησυχία πιο πολύ για τις επόμενες γενιές[...]πιο πολύ για το μέλλον και για τα ζώα, που μπορεί να εξαφανιστούν, που ήδη έχουν χαθεί πολλά και τα νούμερα κατεβαίνουν, ότι θα ανέβει η στάθμη του νερού και μπορεί να γίνουν πλημμύρες να χαθούν πόλεις, είναι τρομακτικό στη σκέψη»*.

Επίσης από τα λεγόμενα του Βασίλη, της Ελένης και της Δώρας προκύπτει το αίσθημα του φόβου και της αβεβαιότητας για το μέλλον της ανθρωπότητας και του πλανήτη εξαιτίας των διαφαινόμενων απειλών και των επιπτώσεων της κλιματικής αλλαγής.

Ελένη(3^ο): *Αισθάνομαι φόβο και λύπη. Φόβο αισθάνομαι για το τι μπορεί να συμβεί αύριο μεθαύριο και λύπη που συμβαίνει όλο αυτό στον κόσμο.*

Δώρα(2^ο): *Εγώ κυρίως τρόμο επειδή είναι αυτό που δεν το ξέρεις τι μπορεί να γίνει. Και ότι μπορεί να είναι κάτι πολύ απρόσμενο που να μας έρθει από εκεί που δεν το περιμένουμε.*

Βασίλης(2°): *Γενικά λίγο... με φοβίζει τι θα γίνει πιο μετά, άμα γίνονται μέχρι και τώρα έτσι τα πράγματα[.] και λίγο ανησυχία για το... για τους επόμενους.*

Πολύ έντονο είναι και το συναίσθημα της ενοχικότητας που έχουν οι έφηβοι ως προς την ατομική τους ευθύνη και συμπεριφορά αλλά και το συναίσθημα της απογοήτευσης και του θυμού καθώς θεωρούν ότι οι άνθρωποι απέτυχαν να φροντίσουν τον πλανήτη. Ο Αλέξης(3°) αναφέρει οι αισθάνεται «θυμό προς τους ανθρώπους που το έχουνε προκαλέσει» αλλά νιώθει και προσωπική ενοχή αφού συνεχίζει λέγοντας «και προς τον εαυτό μου που παλιότερα δεν ήμουν ενημερωμένος και μπορεί να έκανα κάτι που να μην ήξερα». Η Νίκη(3°) αισθάνεται «απογοήτευση γενικά προς την ανθρωπότητα» όπως και η Ηλιάνα(1°) η οποία νιώθει «απογοήτευση γιατί ουσιαστικά εμείς το έχουμε προκαλέσει αυτό» και συνεχίζει λέγοντας ότι είναι άδικο «προς τα ζώα γιατί εμείς τους έχουμε καταστρέψει τη ζωή και το οικοσύστημα τους». Ακόμη τα λεγόμενα της Κατερίνας αποδεικνύουν τα έντονα συναισθήματα του θυμού προς την ανθρωπότητα και της ενοχής για τον προσωπικό της ρόλο.

Κατερίνα(3°): *Θυμό γιατί... για όλη την ανθρωπότητα η οποία έχει αυτό το σκεπτικό που θεωρώ ότι έχω κι εγώ, ότι δεν το καταλαβαίνουν ότι γίνεται, δεν τους επηρεάζει ουσιαστικά αυτή τη στιγμή στη ζωή τους. Τους επηρεάζει, απλά δεν το καταλαβαίνουν. Οπότε τους κάνει ακόμα πιο άνετους με το να συνεχίζουν να καταστρέφουν το περιβάλλον, με το να συνεχίζουν να μην θέτουν κάποια όρια στον εαυτό τους, έτσι ώστε να βοηθήσουν γενικά τη βελτίωση του περιβάλλοντος και του κλίματος. Οπότε νευριάζω πάρα πολύ με την ανθρωπότητα και τους ανθρώπους και με τον ίδιο μου τον εαυτό.*

Αυτό το συναίσθημα της απογοήτευσης για την ανθρωπότητα και η απαισιοδοξία για το μέλλον ανασύρει συναισθήματα αδυναμίας και παραίτησης στους εφήβους οι οποίοι νιώθουν ότι δε μπορούν να κάνουν κάτι για να αλλάξουν την πορεία και την εξέλιξη της κλιματικής αλλαγής.

Νίκη (3°): *Συζητάμε με τα παιδιά (στο σχολείο) αλλά αυτό που έχω παρατηρήσει είναι ότι οι συζητήσεις αυτές συνήθως έχουν τάση απογοήτευσης.*

Συν: *Δηλαδή;*

Νίκη (3°): *Ότι θα καταστραφούμε...*

Συν: *Ότι δεν υπάρχει ελπίδα...*

Νίκη (3^ο): *Έχει χαθεί η ελπίδα, γιατί βλέπουμε ότι η ανθρωπότητα δεν αλλάζει.*

Η Κατερίνα (3^ο) αναφέρει ότι *«δεν μπορούμε να αλλάξουμε εμείς τον πλανήτη»* και η Δώρα (2^ο) στην ερώτηση της ερευνήτριας αν συζητούν με τους γονείς τους σχετικά με την κλιματική αλλαγή απάντησε *«και να το συζητήσουμε ποιο το νόημα; Εμείς θα αλλάξουμε τον κόσμο;»*. Στα λεγόμενα της Ηλιάνας(1^ο) είναι ξεκάθαρο το συναίσθημα της απογοήτευσης και της παραίτησης *«θα ήθελα να κάνω κάτι, αλλά νιώθω ότι δεν μπορώ να κάνω πολλά για να το αλλάξω»*. Επίσης ο Αλέξης αναφέρει χαρακτηριστικά *«έχω μία απαισιοδοξία ταυτόχρονα και φαντάζομαι ότι δεν θα κάνει ποτέ κανείς κάτι γι' αυτό και ότι απλά... σε 40 χρόνια θα έχουμε πεθάνει όλοι λόγω της κλιματικής αλλαγής [...] Και θα μου πείτε γιατί δεν κάνεις εσύ κάτι και θα σας πω θέλω να κάνω και σκοπεύω να κάνω αλλά... δεν ξέρω αν θα είναι αρκετό.. το τι θα κάνω εγώ»*.

Αξιοσημείωτη είναι η αναφορά του Αλέξη από την 3^η ομάδα, ο οποίος αναφέρει ότι κάνει ψυχοθεραπεία εξαιτίας της ανασφάλειας και του υπαρξιακού άγχους που βιώνει παρακολουθώντας την πορεία της κλιματικής αλλαγής και της κλιματικής κρίσης. Το έντονο αίσθημα της ανασφάλειας, το άγχος για τη μελλοντική επιβίωση της ανθρωπότητας και η ανημποριά που νιώθει επηρεάζει βαθύτατα την ψυχική υγεία προκαλώντας άγχος και θλίψη.

Αλέξης: *Εγώ συζητάω (με τον ψυχολόγο μου) τα συναισθήματά μου πάνω σ' αυτό. Δηλαδή όλη αυτήν την... όλο αυτόν τον... αναμενόμενο θάνατο σε σχέση με την κλιματική αλλαγή το έχω συζητήσει αρκετές φορές, δηλαδή επειδή είναι ένας φόβος που έχω διότι δεν θα προλάβω να ζήσω αυτά που θέλω να ζήσω λόγω αυτού του ζητήματος. Και ότι ουσιαστικά πρακτικά δεν ξέρω αν εγώ μόνος μου μπορώ να κάνω κάτι για να το σταματήσω με θλίβει και με.. καταστρέφει πάρα πολύ μέσα μου ψυχολογικά.*

Ένα άλλο συναίσθημα που αναδύεται έντονα από την αλληλεπίδραση των εφήβων της 2^{ης} ομάδας είναι η αγανάκτηση και ο θυμός για την παθητικότητα και την αδράνεια της κοινωνίας και της ανθρωπότητας σχετικά με την κλιματική αλλαγή. Ο Φάνης(2^ο) αναφέρει χαρακτηριστικά: *«αυτό που με φοβίζει είναι η... τα ελλιπή μέτρα προστασίας που υπάρχουν, δηλαδή το λέμε, το ξαναλέμε, το συζητάμε, έχει γίνει... το ξέρουν όλοι πλέον για την κλιματική αλλαγή κ.τ.λ. Το θέμα είναι τι κάνουμε για να προστατευτούμε, να αλλάξουμε κάτι»*. Και στη συνέχεια συζητώντας για τα

συναισθήματα που βιώνουν εξαιτίας της κλιματικής αλλαγής οι περισσότεροι συμφωνούν με τον Φάνη.

Συν: *Οπότε τα συναισθήματα σας για την κλιματική αλλαγή ποια θα λέγατε ότι είναι;*

Φάνης: *Εγώ αγανάκτηση γι' αυτό που σας είπα και πριν, ότι δεν παίρνονται κάποια μέτρα για να σταματήσει το φαινόμενο, γιατί να λέμε φόβος και ανησυχία, εντάξει εννοείται, όλοι τα έχουμε αυτά, αλλά να μπορούμε και στην πράξη.*

Άννα: *Ναι, κι εγώ το ίδιο. Και είναι ανησυχητικό το ότι δεν κινητοποιούμαστε για να το αντιμετωπίσουμε και είμαστε παθητικοί σε όλη αυτή την κατάσταση.*

Σίμος: *Ναι αυτό. Θεωρώ ότι συμφωνώ μ' αυτό που λέει ο Φάνης, δηλαδή ότι είναι πολύ επίκαιρο το θέμα και τέτοια, αλλά όλοι κι εμείς δηλαδή οι ίδιοι, δηλαδή λέω και για μένα, δεν το έχουμε σαν ένα θέμα που θα κάτσω να ασχοληθώ να δω πώς μπορώ να βοηθήσω. Είναι κάτι για το οποίο μιλάμε αλλά δεν.... δε δραστηριοποιούμαστε τόσο.*

Αντώνης: *Ναι κι εγώ μ' αυτό που είπε ο Φάνης, δηλαδή πιο πολύ αγανάκτηση, θυμό, για το γεγονός ότι γενικότερα εθελουφλούμε ας πούμε για το πρόβλημα αυτό ότι υπάρχει.*

Η παθητικότητα και η έλλειψη δράσης για τον μετριασμό των επιπτώσεων της κλιματικής αλλαγής έχουν ως αποτέλεσμα το βίωμα παρόμοιων συναισθημάτων και στις υπόλοιπες ομάδες. Οι έφηβοι αναφέρουν ότι ανησυχούν που δε λαμβάνει η κοινωνία μέτρα για το μετριασμό του φαινομένου και τους στεναχωρεί η παθητικότητα και η αδράνεια της ανθρωπότητας.

Μιχάλης(3^ο): *Πέρα από το ότι είναι δυσάρεστο γενικά όλο αυτό, είναι και λίγο ανησυχητικό που ενώ αναγνωρίζουμε ότι υπάρχει σαν πρόβλημα, δε λαμβάνουμε μέτρα και απλά λέμε γενικά ότι υπάρχει αυτό το πρόβλημα, αλλά καθόμαστε.. έτσι.*

Αλέξης(3^ο): *...έχω μία απαισιοδοξία ταυτόχρονα και φαντάζομαι ότι δεν θα κάνει ποτέ κανείς κάτι γι' αυτό και ότι απλά... σε 40 χρόνια θα έχουμε πεθάνει όλοι λόγω της κλιματικής αλλαγής. Αλήθεια το αισθάνομαι αυτό πάρα πολύ και είναι πολύ στενάχωρο αλλά δε βλέπω να γίνεται κάτι δε βλέπω ο κόσμος να κάνει κάτι.*

Δέσποινα (1^ο): *στεναχώρια έχω πει αλλά... ναι αυτό. . Ότι... ίσως από τη στάση των ανθρώπων απέναντι στο περιβάλλον βασικά γιατί νιώθω ότι ενώ βλέπουμε ότι*

δημιουργείται πρόβλημα όλοι ας πούμε εξακολουθούνε[...] ας πούμε συνεχίζεται αυτό, δηλαδή δε σταματάει να μολύνεται ο πλανήτης.

Βέβαια θα κλείσουμε αυτή την υποενότητα με το μόνο θετικό συναίσθημα το οποίο αναφέρει ο Αλέξης που δεν είναι άλλο από την ελπίδα για ένα βιώσιμο μέλλον μέσα από τη συλλογική δράση.

Αλέξης(3^ο): εεε... παρόλα αυτά υπάρχει και μια ελπίδα μήπως καταφέρουμε να κάνουμε κάτι για να το αντιστρέψουμε αυτό.

2.2.2 Επηρεάζει η κλιματική αλλαγή την καθημερινότητα των εφήβων και τα όνειρά τους για το μέλλον;

2.2.2.1 Κλιματική αλλαγή και όνειρα για το μέλλον

Τα δεδομένα δείχνουν ότι η κλιματική αλλαγή επηρεάζει αρνητικά τις σκέψεις και τα όνειρα των εφήβων για το μέλλον. Το κλιματικό άγχος που βιώνει ο Αλέξης που συνδέεται με το υπαρξιακό άγχος και το έντονο αίσθημα της ανασφάλειας τον οδηγούν στο να αποφεύγει να κάνει όνειρα για το μέλλον.

Αλέξης (3^ο): Πολλές φορές μπορεί να σκέφτομαι ας πούμε τι θέλω να κάνω στο μέλλον και μετά λέω στον εαυτό μου εντάξει δεν έχει και πολλή σημασία, δεν ξέρω καν αν θα φτάσω τα 40 ξέρω 'γω λόγω της κλιματικής αλλαγής.

Οι πυρκαγιές, οι πλημμύρες και τα ακραία καιρικά φαινόμενα προκαλούν έντονο αίσθημα ανασφάλειας και φόβου για τη ζωή στο μέλλον και στην Κατερίνα.

Κατερίνα (3^ο): Θεωρώ ότι θα με επηρεάσει στο ότι θα φοβάμαι ας πούμε να πάω στο εξοχικό μου, θα φοβάμαι μην καούν τα παιδιά μου, θα φοβάμαι μην καώ εγώ [...] ε.. αλλά ναι, σίγουρα επηρεάζει στο γεγονός ότι φοβόμαστε τι θα κάνουμε από πλημμύρα, από φωτιά, απ' ότι θέλετε.

Η Νίκη από την άλλη μεριά φέρνει στην επιφάνεια ένα εξίσου σημαντικό ζήτημα, αυτό της επαφής του ανθρώπου με τη φύση και της επιβίωσης της ανθρωπότητας. Θεωρεί ότι με την υπερθέρμανση του πλανήτη και τις επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής θα χαθεί η ελευθερία του ανθρώπου και η επαφή του με το φυσικό περιβάλλον.

Νίκη(3ο): Με πιάνει κατάθλιψη μόνο και μόνο από το γεγονός ότι θα χρειαστεί να κλειστούμε στο σπίτι μας και.. δε θα έχουμε άλλο... την ελευθερία να... ξεσπάσουμε

κάπου, να βγούμε στη φύση, να ηρεμήσουμε...εεε... και ο ανθρώπινος οργανισμός λόγω της κλιματικής αλλαγής, της πολλής ζέστης και αυτά, δεν αντέχει.

Επίσης η Δέσποινα έχει απαισιόδοξες πεποιθήσεις για το μέλλον.

Δέσποινα (1°): Αλλά ας πούμε για το πώς θα εξελιχθεί και θα είναι η ζωή στο μέλλον, ναι περνάει απ' το μυαλό πολλές φορές ότι μπορεί ας πούμε να μην είναι τόσο καλά, να αλλάξουν πάρα πολλά πράγματα και να είναι διαφορετική η ζωή γενικώς. Και ίσως και περισσότερο προς το χειρότερο σε κάποιες περιπτώσεις.

Ο συλλογισμός της Βασιλικής (3°) συνδέει τα όνειρα για το μέλλον με την κινητοποίηση και τη δράση. Σύμφωνα με τη Βασιλική τα όνειρα για το μέλλον επηρεάζονται από τις δράσεις για το μετριασμό της κλιματικής αλλαγής και από τον αγώνα για ένα βιώσιμο μέλλον. Η δράση δηλαδή γεννάει την ελπίδα και την αισιοδοξία για το μέλλον. Η Βασιλική αναφέρει χαρακτηριστικά «ναι (επηρεάζει τα όνειρα μου για το μέλλον), γιατί ας πούμε εμείς σαν άνθρωποι δε λαμβάνουμε και τα κατάλληλα μέτρα για να έχουμε ένα καλύτερο μέλλον και αυτό μπορεί να μας στοιχειώσει την καριέρα μας και τη ζωή μας.

Στην ερώτηση της ερευνήτριας αν διστάζουν να προχωρήσουν στην δημιουργία οικογένειας και να αποκτήσουν παιδιά ο Αλέξης, η Κατερίνα και ο Μιχάλης από τη 3^η ομάδα έδειξαν ότι τους έχει απασχολήσει το συγκεκριμένο ζήτημα.

Συν: *Θα ήταν εμπόδιο η κλιματική αλλαγή στο να αποκτήσετε τα δικά σας παιδιά;*

Αλέξης: *Ναι, θα είναι.*

Κατερίνα: *Ναι ξεκάθαρα.*

Αλέξης: *Και επίσης ήδη έχουμε υπερπληθυσμό και ο υπερπληθυσμός είναι ένας από τους λόγους που έχουμε και την κλιματική αλλαγή. Θα προτιμούσα άμα είναι να υιοθετήσω που είναι πολύ πιο... Αλλά δεν ξέρω καν επαναλαμβάνω αν θα προλάβω να κάνω κάτι τέτοιο λόγω της κλιματικής αλλαγής.*

Μιχάλης: *Θα ήθελα έτσι να έχω παιδιά αλλά δεν το έχω σκεφτεί με τον υπερπληθυσμό. Πιο πολύ είναι το κλίμα που θα έχει τότε και σε τι κλίμα θα ζούνε, που θα είναι πιο χάλια από τώρα.*

Υπήρχαν ακόμη και οι έφηβοι οι οποίοι δεν είχαν προβληματιστεί για το αν επηρεάζει η κλιματική αλλαγή τα όνειρα τους για το μέλλον. Η Ελένη (3°) αναφέρει «δεν ξέρω, δεν το έχω σκεφτεί», παρομοίως και ο Μιχάλης (3°) «δεν ξέρω βασικά».

2.2.2.2 Κλιματική αλλαγή και καθημερινότητα

Αναφορικά με την καθημερινότητα οι περισσότεροι έφηβοι δηλώνουν ότι η κλιματική αλλαγή δεν επηρεάζει τον καθημερινό τρόπο ζωής τους και την λειτουργικότητά τους. Βέβαια όταν εκδηλώνονται ακραία καιρικά φαινόμενα όπως πυρκαγιές και πλημμύρες κατακλύζονται από αρνητικά συναισθήματα.

Μιχάλης(3°): *Καθημερινά δε θα έλεγα ότι με επηρεάζει τόσο, δηλαδή δε σημαίνει ότι σκέφτομαι την κλιματική αλλαγή. Αλλά όταν βλέπω ένα περιστατικό που έχει γίνει ειδικά το καλοκαίρι, εντάζει, αυτό με επηρεάζει αλλά μόνο εκείνη την περίοδο, μετά όχι τόσο.*

Δανάη(1°): *Ίσως το καταλαβαίνουμε καλύτερα όταν π.χ. γίνονται οι πυρκαγιές και όλα αυτά που τότε συνειδητοποιούμε λίγο τι συμβαίνει, αλλά και πάλι και αυτό δεν έχει μεγάλη διάρκεια, μετά από λίγο το ξεχνάμε.*

Κατερίνα(3°): *Πάλι αναλόγως την εποχή, εννοώ εκεί πέρα που γίνονται τα πολύ βαριά περιστατικά που το καταλαβαίνουμε όλοι ότι αυτό δεν είναι φυσιολογικό, εκεί πέρα σίγουρα (με επηρεάζει). Σίγουρα... και δεν φοβάσαι μόνο για τον εαυτό σου, φοβάσαι γενικά για την ανθρωπότητα, για τους.. ανθρώπους που μένουν στην ίδια χώρα μ' εσένα, δηλαδή σίγουρα. Αλλά δυστυχώς... εκεί πέρα το καταλαβαίνουμε στην.. στο μεγαλύτερο ποσοστό του πληθυσμού... ότι γίνεται. Όταν γίνονται ακραία πράγματα και δυστυχώς έχουμε ανθρώπινες απώλειες ή.. κάτι πολύ τραγικό ας πούμε εκτός από τον θάνατο κάποιου ανθρώπου και ζώων σίγουρα. Σίγουρα.*

Επίσης τα λεγόμενα του Σίμου(2°) «εντάζει, έχω προσέξει ότι φέτος έχει ανέβει πολύ η θερμοκρασία σε σχέση με άλλες χρονιές, αλλά εντάζει, δεν το σκέφτομαι και πολύ» και του Βασίλη (2°) «σχετικά λίγο γιατί σκέφτομαι όχι μόνο και για τον εαυτό μου αλλά λίγο και για τους υπόλοιπους τι γίνεται έξω ας πούμε, που γίνονται πάρα πολλά με την αλλαγή τώρα» δείχνουν ότι η κλιματική αλλαγή τους επηρεάζει ελάχιστα στην καθημερινότητά τους. Υπάρχει βέβαια και δήλωση του Κώστα(1°) ο οποίος αδιαφορεί για την κλιματική αλλαγή και δηλώνει χαρακτηριστικά «όχι καθόλου δε με επηρεάζει πουθενά, αδιάφορο τελείως».

Ενδιαφέρον έχει και ο συλλογισμός των κοριτσιών της 2^{ης} ομάδας. Η Δώρα και η Άννα συμφωνούν ότι όταν δεν υπάρχει ενημέρωση και κατά συνέπεια ευαισθητοποίηση για το φαινόμενο της κλιματικής αλλαγής, είναι σχεδόν αδύνατο να επηρεάσει την καθημερινότητά των ατόμων.

Δώρα: Εγώ τέλος πάντων, δεν έχουμε τόσο το φόβο και την αίσθηση για το τι συμβαίνει, δηλαδή παίζει να μην έχω σκεφτεί και ποτέ γιατί γίνεται αυτό, ούτε να φοβάμαι, δηλαδή τώρα που το συζητάμε, ναι ok νιώθω φόβο, αλλά στην καθημερινότητά μου δεν... δεν έχω συνειδητοποιήσει το τι συμβαίνει και πού μπορεί να οδηγήσει.

Άννα: Κι εγώ συμφωνώ μ' αυτό που είπε η Δώρα γιατί θεωρώ ότι η ελλιπής ενημέρωση μας δημιουργεί άγνοια κινδύνου και δε γνωρίζουμε στην ουσία το κακό που κάνουμε, οπότε δε μπορούμε να το σκεφτούμε κιόλας μετέπειτα.

Τέλος σύμφωνα με τα λεγόμενα του Αλέξη(3^ο) οι αρνητικές σκέψεις που έχει και τα επώδυνα συναισθήματα που βιώνει εξαιτίας της κλιματικής αλλαγής φαίνεται να επηρεάζουν έντονα την καθημερινότητα και την λειτουργικότητά του. Ο ίδιος αναφέρει χαρακτηριστικά.

Αλέξης: εμ... δεν ξέρω. Όταν έχεις γενικότερα όλες αυτές τις αρνητικές σκέψεις που ανέφερα και 'γω πριν, δηλαδή το ότι δεν ξέρω καν αν θα ζήσω μέχρι κάποια ηλικία λόγω αυτού του προβλήματος, εεε... μετά ας πούμε όσο το σκέφτομαι αυτό μέσα σε μια μέρα μπορεί να μη μπορώ να λειτουργήσω σωστά, μπορεί να μην αισθάνομαι αρκετά καλά για να κάνω κάποια πράγματα. Με πειράζει ψυχολογικά δηλαδή αυτές οι αρνητικές σκέψεις και μετά δε μπορείς να κάνεις διάφορα πράγματα όταν είσαι επηρεασμένος αρνητικά.

2.2.3 Οι πηγές πληροφόρησης των εφήβων για την κλιματική αλλαγή

2.2.3.1 MME, social media, σχολείο

Στην 2^η ομάδα οι έφηβοι αναφέρουν ότι πληροφορούνται κυρίως από το φροντιστήριο, γιατί η κλιματική αλλαγή αποτελεί θεματική ενότητα στο μάθημα της Νεοελληνικής Γλώσσας, από τα MME και από τα social media. Η Δώρα αναφέρει ότι ενημερώνεται από βιβλία κυρίως. Το έναυσμα για την έναρξη της συζήτησης σχετικά με τις πηγές πληροφόρησης ήταν η άποψη του Φάνη ότι η κλιματική αλλαγή είναι ένα αγαπημένο θέμα της επικαιρότητας.

Φάνης: Γενικά...και στα θέματα εδώ στην Έκθεση και στις ειδήσεις, στην επικαιρότητα, σε κανάλια ενημέρωσης, στα social, παντού.

Συν: Δηλαδή η πηγή ενημέρωσής σας ποια είναι για την κλιματική αλλαγή;

Βασίλης: Κυρίως τώρα στην τωρινή φάση που είμαστε... εμένα κυρίως στο φροντιστήριο τα θέματα που κάνουμε αλλά αλλιώς βασικά κυρίως από τα social που είναι... είτε αυτά που ανεβάζουν οι περισσότεροι, είτε από τα διάφορα τέλος πάντων άρθρα που μπορεί να πετυχαίνω στο διαδίκτυο, ε... από τέτοιες πηγές κυρίως.

Συν: Οι υπόλοιποι; Από τα ίδια;

Σίμος: Ναι.

Άννα: (Γνέφει καταφατικά το κεφάλι).

Αντώνης: (Γνέφει καταφατικά το κεφάλι).

Δώρα: Εγώ κυρίως από βιβλία. δηλαδή στα δικά μου social τουλάχιστον από τις σελίδες που βλέπω εγώ δεν έχω πετύχει κάτι τέτοιο.

Σχεδόν τις ίδιες πηγές έχουν και οι συμμετέχοντες της 3^{ης} ομάδας οι οποίοι ανέφεραν ότι ενημερώνονται για την κλιματική αλλαγή από τα ΜΜΕ, το διαδίκτυο τα social media, τα βιβλία, το σχολείο και από τις συζητήσεις με το οικογενειακό και φιλικό τους περιβάλλον.

Συν: Η πηγή της ενημέρωσής σας για την κλιματική αλλαγή ποια είναι;

Αλέξης: Εμένα προσωπικά κυρίως από social media γενικά πρώτον και δεύτερον από... βιβλία, ιστοσελίδες, με καθηγητές μου που είχα μιλήσει παλιότερα θυμάμαι πολύ. Τέτοια πράγματα.

Συν: Οι υπόλοιποι;

Βασιλική: Κι εγώ από social media και ιδιαίτερα από ειδήσεις.

Ελένη: Κι εμένα μερικές φορές μου βγαίνει, μου βγαίνουν έτσι στα social media διάφορα καιρικά φαινόμενα και μπορεί καμιά φορά άμα κάτι με απασχολήσει πολύ να το ψάξω.

Κατερίνα: Κυρίως θα πω από ενημέρωση ή στο σχολείο αλλά πιο πολύ ίσως με συζητήσεις συγγενικών προσώπων ή φίλων μου. Εε.. το συζητάμε ας πούμε και ψάχνουμε μαζί και εντάζει σίγουρα μου έχουνε βγει και κάποια άρθρα κι αυτά, απλά η αλήθεια είναι πως είμαι λίγο αρνητικά προκατειλημμένη προς τα άρθρα και θεωρώ ότι τα περισσότερα ή δεν λένε την πλήρη αλήθεια ή... δεν ξέρω [...] οπότε η αλήθεια είναι ότι δεν το πολυψάχνω στο internet.

Μιχάλης: Εγώ γενικά δεν ψάχνω, δεν ασχολούμαι έτσι πολύ με το κινητό, οπότε μου τα λένε τα αδέρφια μου πιο πολύ.

Νίκη: Εγώ πάλι δεν βλέπω πολύ ειδήσεις κι αυτά, αλλά επίσης με ενημερώνουν πολύ οι γονείς μου[...] αλλά ναι και από συζητήσεις πάλι. Αυτά.

Τέλος στην 1^η ομάδα η Ηλιάνα αναφέρει ότι διαβάζει «άρθρα στο διαδίκτυο, όλα αυτά που συμβαίνουν με τα ζώα και το πως ζουν και ότι εξαφανίζονται», ο Κώστας αναφέρει «δε με ενδιαφέρει πολύ για να το ψάξω» και η Δανάη με τη Δέσποινα ενημερώνονται από το σχολείο στα πλαίσια του μαθήματος της βιολογίας.

Δανάη: Ένα μάθημα στη βιολογία το είχαμε αναφέρει λίγο το φαινόμενο του θερμοκηπίου, μέχρι εκεί, δε το εμβαθύνουμε.

Δέσποινα: Εντάξει εμάς στη βιολογία μας λέει γενικώς πράγματα[...]μας είχε πει για το φαινόμενο του θερμοκηπίου ας πούμε και κάτι πράγματα για την ατμόσφαιρα ότι καταστρέφεται μας τα έλεγε και πρόσφατα.

2.2.3.2 Ο ρόλος της οικογένειας στην ενημέρωση των εφήβων

Από τις ομάδες συζήτησης προέκυψε και ο ρόλος της οικογένειας στην ενημέρωση των εφήβων. Οι έφηβοι της 1^{ης} ομάδας ανέφεραν ότι συζητούν με τις οικογένειες τους ελάχιστα έως καθόλου τόσο για την κλιματική αλλαγή όσο και για την ανησυχία τους. Χαρακτηριστική είναι και η απάντηση της Ηλιάνας η οποία υποστηρίζει ότι αν γίνει κάποια συζήτηση θα ξεκινήσει από την ίδια και όχι από τους γονείς της.

Συν: Το έχετε συζητήσει δηλαδή στο σπίτι;

Κώστας: Δε θυμάμαι κάτι τέτοιο.

Δέσποινα: Ελάχιστα.

Δανάη: Μερικές φορές.

Ηλιάνα: Στη δική μου περίπτωση εγώ θα τους αναφέρω κάτι, δεν μου έχουν αναφέρει ποτέ εκείνοι κάτι, εγώ θα τους πω ας πούμε για τη κλιματική αλλαγή.

Επίσης στην ερώτηση της ερευνήτριας σχετικά με την ανησυχία των γονέων των συμμετεχόντων για την κλιματική αλλαγή προέκυψε η έλλειψη ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης από την μεριά των “μεγάλων”.

Συν: Οι γονείς σας ανησυχούν για τη κλιματική αλλαγή;

Ηλιάνα: Όχι δεν το έχουμε συζητήσει ποτέ, δεν έχει αναφερθεί ποτέ κάτι τέτοιο.

Κώστας: Καθόλου. Βασικά μπορεί μόνο η μητέρα μου μπορεί λίγο, δεν έχει αναφέρει κάτι, αλλά πιστεύω θα ήταν πιο πολύ χαρακτήρας που μπορεί να την ενδιέφερε κάτι τέτοιο, αλλά δεν είχε ειπωθεί ποτέ σαν θέμα στο σπίτι μου.

Ηλιάνα: Έχω αναφέρει πολλές φορές μες στο σπίτι να κάνουμε ανακύκλωση ή να αντικαταστήσουμε τα καλαμάκια με μεταλλικά και όντως έχουμε κάνει κάποια πράγματα, αλλά νιώθω ότι δεν τους ενδιαφέρει πολύ. Δηλαδή άμα είναι να κάνουμε κάτι ανακύκλωση θα ισχύσει για καμιά βδομάδα, μετά θα το ξεχάσουμε. Αυτό.

Ομοίως και στην 2^η ομάδα οι γονείς των εφήβων δεν είναι καθόλου ενημερωμένοι για την κλιματική αλλαγή και επομένως δεν είναι και ευαισθητοποιημένοι. Αυτό το γεγονός έχει ως αποτέλεσμα να μην ανησυχούν και να μην επιδιώκουν σχετική συζήτηση με τα παιδιά τους.

Συν: Με την οικογένειά σας, το έχετε συζητήσει ποτέ αυτό το θέμα;

Δώρα: Ανακύκλωση κάνουμε πάντως.

Συν: Το συζητάτε καθόλου; Ή το φόβο σας; Ή την ανησυχία σας.

Δώρα: Όχι.

Σίμος: Όχι ιδιαίτερα.

Αντώνης: Όχι

(Οι υπόλοιποι γνέφουν αρνητικά το κεφάλι)

Συν: Όλοι όχι. Οι γονείς σας ανησυχούν πιστεύετε;

Δώρα: Όχι.

Βασίλης: Όχι.

Σίμος: Νομίζω ούτε αυτοί είναι αρκετά ενημερωμένοι κι αυτοί είναι κι από μια άλλη εποχή που ήταν ακόμη πιο ελλιπής η ενημέρωση. Οπότε θεωρώ ότι ενώ μπορεί να έχουνε... να γνωρίζουν ότι υπάρχει ως θέμα, εεε το πόσο άμεσο και... την αμεσότητα δεν την καταλαβαίνουν, είναι ακόμη πιο απομακρυσμένοι δηλαδή δε νομίζω ότι θα ασχοληθούν αυτοί περισσότερο δηλαδή.

Φάνης: Πατώντας πάνω σ' αυτό που λέει ο Σίμος χωρίς να θέλω να κάνω ούτε επίδειξη ούτε τίποτα, για να ξεκινήσουμε ας πούμε ανακύκλωση σπίτι έπρεπε

να μιλήσω εγώ με τα αδέρφια μου για να πούμε ότι να κάνουμε και καμιά ανακύκλωση γιατί δεν είναι ότι το κάνουν από κακία οι άνθρωποι δεν ξέρουν, δεν καταλαβαίνουν τι θα πει.

Αντώνης: Δεν είναι ευαισθητοποιημένοι.

Φάνης: Ναι, δεν είναι ευαισθητοποιημένοι δεν ξέρουν τι προκαλούνε.

Στην 3^η ομάδα η Ελένη και η Βασιλική συζητούν με τους γονείς τους μόνο όταν εκδηλώνονται ακραία καιρικά φαινόμενα ενώ οι γονείς της Νίκης δίνουν έμφαση μόνο στις καταστροφικές συνέπειες και στις διαφαινόμενες απειλές τις κλιματικής αλλαγής.

Ελένη: Εμείς κυρίως εκφράζουμε τη λύπη. Αυτό, δηλαδή θα πούμε «Πω τι κρίμα που έγινε αυτό» αλλά δεν θα κάνουμε και κάτι άλλο.

Βασιλική: Εμείς συνήθως συζητάμε γι' αυτό το θέμα όταν γίνεται κάτι το συγκλονιστικό, ας πούμε όταν μαθαίνεις στις ειδήσεις ότι έγινε πυρκαγιά.

Νίκη: Όταν βλέπουν ειδήσεις αυτοί από μόνοι τους και αυτά είναι φάση πολύ ακραίοι. Να λέει ξέρω 'γω «έρχεται το τέλος του κόσμου» ή κάτι.

Τέλος από τα λεγόμενα των εφήβων φαίνεται ότι η ανακύκλωση είναι το μόνο που γνωρίζουν οι γονείς τους για τον αγώνα ενάντια στην κλιματική κρίση. Ο Αλέξης αναφέρει ότι οι γονείς του «κάνουν ανακύκλωση», η Κατερίνα δηλώνει ότι η μητέρα της προσπαθεί να της μεταφέρει «ότι δεν είμαστε αναίσθητοι, ότι κάνουμε ανακύκλωση, [...] προσέχουμε γενικά τη φύση» και ο Μιχάλης δείχνει ότι συμφωνεί με την Κατερίνα λέγοντας «ανακύκλωση και όλα αυτά που είπε η Κατερίνα, κι εμείς τα τηρούμε αυτά, από πάντα». Παρόμοιες αναφορές είχαμε και από την 1^η ομάδα.

Δανάη: Εμένα ο μπαμπάς μου πιο πολύ, γιατί είχε κάνει μια εργασία πάνω σε αυτό το θέμα, επειδή είναι χημικός και ασχολείται με αυτά, μου είχε μιλήσει αρκετές φορές και κάνουμε ανακύκλωση, προσέχουμε, γενικά ναι.

Δέσποινα: Και εμείς κάνουμε ανακύκλωση [...] θα το συζητήσουμε ίσως, όχι άμεσα για τη κλιματική αλλαγή, αλλά ας πούμε για την υπερθέρμανση ότι έχει πολλή ζέστη και γενικά πράγματα.

2.2.4 Ο ρόλος της εκπαίδευσης στη διαχείριση των κλιματικών συναισθημάτων

Σύμφωνα με τα λεγόμενα των εφήβων το σχολείο του σήμερα δεν μπορεί να ανταποκριθεί στις προκλήσεις που θέτει η παγκόσμια κλιματική κρίση. Ο Αντώνης(2^ο) χαρακτηρίζει το σχολείο «τεχνοκρατικό και διεκπεραιωτικό», η Κατερίνα(3^ο) θεωρεί ότι όλα τα μαθήματα είναι «προγραμματισμένα για τις πανελλήνιες» και η Δανάη(1^ο) η οποία φοιτά στην β' λυκείου υποστηρίζει ότι στο σχολείο «ασχολούνται περισσότερο με τις εξετάσεις». Η Νίκη(3^ο) δηλώνει χαρακτηριστικά ότι ο στόχος της εκπαίδευσης «που δεν τη λες και εκπαίδευση είναι απλά να γράψεις στις πανελλήνιες... και σε ξεφορτώσαμε».

Η συζήτηση για την κλιματική αλλαγή στο σχολείο γίνεται μόνο «στην έκθεση αναγκαστικά» όπως αναφέρει ο Αλέξης(3^ο) με την Κατερίνα(3^ο) να συμπληρώνει ότι το σχολείο αντιμετωπίζει την κλιματική αλλαγή ως ένα «πιθανό θέμα πανελλαδικών και όχι ένα σοβαρό πρόβλημα της ανθρωπότητας». Η Ηλιάννα (1^ο) υποστηρίζει ότι το σχολείο «δεν έχει αντιληφθεί τόσο τη σοβαρότητα του προβλήματος» και θα ασχοληθεί μόνο όταν «φτάσει σε χάλια σημείο η κλιματική αλλαγή». Ακόμα και η περιβαλλοντική ομάδα έχει χάσει το ρόλο της αφού σύμφωνα με τα λεγόμενα του Σίμου(2^ο) οι μαθητές «πάνε απλά για να χάσουν μάθημα». Επίσης ένα άλλο σημαντικό θέμα του σχολείου σύμφωνα με τα λεγόμενα των εφήβων είναι η έλλειψη χρόνου. Ο Αλέξης(3^ο) αναφέρει ότι «δεν έχουμε χρόνο» και η Βασιλική(3^ο) ότι στο σχολείο δεν «προλαβαίνουν να κάνουν διάφορα σεμινάρια και οργανώσεις».

Αναφορικά με τους εκπαιδευτικούς η Δώρα(2^ο) αναφέρει ότι αδιαφορούν για την κλιματική αλλαγή «διότι θέλουν να βγάλουν τυπικά το πρόγραμμα από το Υπουργείο» και ο Φάνης(2^ο) συμφωνεί λέγοντας ότι οι καθηγητές λειτουργούν με το εξής σκεπτικό «θα πω τη διδακτέα ύλη που μου προτείνει το Υπουργείο και εκεί τελειώνει η δουλειά μου». Στο ίδιο μήκος κύματος κινείται και η συζήτηση με την 1^η ομάδα για τον ρόλο των εκπαιδευτικών. Οι έφηβοι συμφωνούν ότι οι καθηγητές τους βλέπουν το μάθημα ως την εκπλήρωση μιας τυπικής υποχρέωσης.

Συν: Θα θέλατε να συζητήσετε με τους καθηγητές σας;

Κώστας: Τους ενδιαφέρει περισσότερο η κάλυψη της ύλης πιστεύω.

Δανάη: Ναι αυτό.

Δέσποινα: Ναι, ναι.

Ηλιάνα: *Οι περισσότεροι καθηγητές αν μπορούν να μας πουν κάτι για τη κλιματική αλλαγή, θα μας πουν επειδή απλά υπάρχει ένα κεφάλαιο στο βιβλίο και απλά είναι αναγκασμένοι να μας το πούνε και δε θα μας μεταφέρουν τόσο πολύ το μήνυμα.*

Επιπλέον σε ερώτηση της ερευνήτριας αν θα ήθελαν να συζητήσουν τα συναισθήματα τους για την κλιματική αλλαγή με καθηγητές τους οι έφηβοι δείχνουν να είναι αρνητικοί λόγω της αδιαφορίας των δευτέρων για τα συναισθήματα και τον ψυχισμό των μαθητών τους. Η Νίκη(3^η) αναφέρει χαρακτηριστικά: *«δεν τους ενδιαφέρει η ψυχολογική κατάσταση του παιδιού, ή αυτά που θέλει να πεί, οι συζητήσεις... είναι απλά το μάθημα».*

Όλοι οι έφηβοι που συμμετείχαν στην έρευνα ανέφεραν ότι θα ήθελαν περισσότερη ενημέρωση και ενασχόληση στο σχολείο σχετικά με την κλιματική αλλαγή και την παγκόσμια κλιματική κρίση. Η ενημέρωση οδηγεί στην ευαισθητοποίηση των μαθητών και η ευαισθητοποίηση με τη σειρά της καλλιεργεί και αναπτύσσει ιδέες και πρωτοβουλίες για δράση. Σύμφωνα με τους συμμετέχοντες εφήβους το σχολείο διαδραματίζει καθοριστικό ρόλο στην αντιμετώπιση της κλιματικής κρίσης και τη διαχείριση του άγχους των μαθητών. Αρχικά οι έφηβοι περιμένουν από το σχολείο να ενημερωθούν για την κλιματική αλλαγή διότι όπως χαρακτηριστικά αναφέρει ο Αλέξης(3^ο) *«όσο περισσότερο ενημερώνονται μόνα τους τα παιδιά τόσο περισσότερο έχουν την εντύπωση ότι δεν μπορούν να κάνουν τίποτα γι' αυτό».*

Η Δανάη(1^ο), η Ηλιάνα(1^ο) και η Νίκη(3^ο) θα ήθελαν να επισκεφθεί το σχολείο κάποιος «ειδικός» ο οποίος θα τους ενημερώσει για την κλιματική αλλαγή ενώ η Δανάη, ο Φάνης και ο Σίμος από τη 2^η ομάδα θα προτιμούσαν η ενημέρωση για την κλιματική αλλαγή να γίνεται πιο «διαδραστικά» με στόχο *«ο μαθητής να ενημερώνεται αλλά να το απολαμβάνει κιόλας»* (Σίμος, 2ο). Ο Αντώνης υποστηρίζει ότι ο ρόλος του σχολείου είναι να παρέχει *«οικολογική αγωγή»* ώστε τα παιδιά από μικρή ηλικία να υιοθετούν τις *«κατάλληλες συνήθειες και πράξεις»* ώστε να *«βοηθήσουν στο μέλλον να περιοριστεί το φαινόμενο».*

Μέσα από τη συζήτηση και την αλληλεπίδραση των μελών της 3^{ης} ομάδας για το ρόλο του σχολείου στη διαχείριση του άγχους και των υπόλοιπων οικολογικών συναισθημάτων φαίνεται ότι η ενημέρωση, η ευαισθητοποίηση και η προώθηση

στρατηγικών αντιμετώπισης και δράσης θα πρέπει να είναι οι βασικοί στόχοι του σχολείου.

Αλέξης: [...] Δηλαδή θα μπορούσε να υπάρχει περισσότερη ενημέρωση σε σχέση με το.. τι μπορούμε να κάνουμε για να το σταματήσουμε αυτό.

Βασιλική: Εγώ πιστεύω θα μπορούσαμε να αφιερώσουμε έστω και μία ώρα να ασχολούμαστε με την κλιματική αλλαγή γενικά. εεε και θα μπορούσαν να βάλουν ένα μάθημα σχετικά μ' αυτό το θέμα. Μάθημα εννοώ έτσι όπως έχουμε διάφορα μαθήματα λογοτεχνία και τέτοια.

Μιχάλης: Συμφωνώ με τη Βασιλική για το μάθημα της κλιματικής αλλαγής ότι θα ήταν πολύ βοηθητικό γιατί έχουμε πολλά μαθήματα που είναι και πιο «άχρηστα».

Κατερίνα: Όλα είναι άχρηστα.

Αλέξης: Δίκιο έχει.

Μιχάλης: Κι εκεί κινητοποιεί και το παιδί και να κάνει και από μόνο του αλλά και να μάθει για την κλιματική αλλαγή που θα ήταν και πολύ βοηθητικό.

Συν: Έχετε να πείτε κάτι; Κατερίνα;

Κατερίνα: Καλό είναι να γινόντουσαν εκδρομές... με το σχολείο, σίγουρα να αφιερώναμε ώρες να... μας δίνανε εργασίες.., κάτι πιο έτσι διαδραστικό από το απλά να μας ενημερώσουνε [...] Οπότε σίγουρα κάτι πιο βιωματικό, σίγουρα εκδρομές, σίγουρα... ανάθεση εργασιών.., περισσότερες συζητήσεις.., έτσι κάτι πιο έντονο σίγουρα.

Αλέξης: Πιο χειροπιαστό.

Νίκη: Στην ουσία πρέπει να κάνει κάτι ώστε να κινητοποιήσει το παιδί και να τραβήξει το ενδιαφέρον του ώστε να κάνει κάτι.

Κατερίνα: Να μας αναπτύξουν λίγο την ενσυναίσθηση πάνω στο θέμα.

Ελένη: Εγώ πιστεύω ότι από το δημοτικό ή από το νηπιαγωγείο πρέπει να αρχίσουν να τους μαθαίνουν σχετικά με την κλιματική αλλαγή [...] και ξέρω 'γω επιπλέον εεε.. στις παραπάνω τάξεις να αφιερωθεί μία ώρα μαθήματος σχετικά... Ξέρω 'γω μια ώρα την εβδομάδα να ενημερώνουν τα παιδιά για το τι μπορούν να κάνουν ή τι συμβαίνει.

Και οι έφηβοι της 1^{ης} ομάδας συμφωνούν ότι το σχολείο θα πρέπει προωθήσει τη συλλογική δράση και την ενεργή συμμετοχή των μαθητών και να προτείνει στρατηγικές αντιμετώπισης και πρωτοβουλίες δράσεων για ένα βιώσιμο μέλλον.

Ηλιάννα: *Ναι εμένα θα μου άρεσε να έρθει κάποιος ειδικός και να μας μιλήσει [...] και για τη κλιματική αλλαγή.*

Δανάη: *Βασικά εγώ νιώθω ότι αν είναι να μας μιλήσουν μόνο για τη κλιματική αλλαγή θα μας πούνε απλά τι συμβαίνει, δε θα μας δώσουν τόσο πολύ ιδέες ή λύσεις για το τι μπορούμε να κάνουμε. Απλά θα μας πουν κάντε ανακύκλωση και διάφορα τέτοια, αλλά όχι πολύ λεπτομέρειες και...*

Κώστας: *Όχι ουσιαστικά πράγματα*

Δανάη (συνεχίζει) :...*τι ακριβώς μπορούμε να κάνουμε, πως μπορούμε να βοηθήσουμε.*

Συν: *Άρα θέλετε κάτι ουσιαστικό για δράση.*

Δέσποινα: *Ναι αυτό.*

Επίσης οι έφηβοι οραματίζονται ένα σχολείο που θα παρέχει ευκαιρίες για συμμετοχή σε δράσεις και θα προωθείται η ενεργή συμμετοχή τους στον αγώνα για ένα βιώσιμο μέλλον. Αυτό θα έχει ως αποτέλεσμα την καλλιέργεια της αυτό-αποτελεσματικότητας των εφήβων και την φιλοπεριβαλλοντική τους δέσμευση. Οι συμμετέχοντες στην έρευνα έφηβοι υποστηρίζουν ότι το σχολείο θα πρέπει να οργανώνει δράσεις όπως «να φυτέψουν δέντρα», να προγραμματίζει «επισκέψεις» (Δώρα, 2^ο) και «εκδρομές», να πραγματοποιούνται «εργασίες» από τους μαθητές σχετικά με την κλιματική κρίση (Κατερίνα, 3^ο), να ενθαρρύνει τους μαθητές να συμμετέχουν σε «διαδήλωση» για το κλίμα (Αλέξης, 3^ο). Με αυτόν τον τρόπο οι μαθητές θα νιώσουν «ότι είναι μέρος της λύσης» όπως χαρακτηριστικά αναφέρει ο Αντώνης(2^ο). Βέβαια κάποιοι έφηβοι προτείνουν δράσεις που δεν σχετίζονται με την κλιματική αλλαγή αλλά με άλλα περιβαλλοντικά ζητήματα όπως «να μαζέψουν πλαστικά από τους δρόμους» (Αντώνης, 2^ο), «να καθαρίσουμε μια παραλία που έχει σκουπίδια» (Δανάη, 1^ο).

Ακόμη στόχος του εκπαιδευτικού συστήματος είναι η καλλιέργεια θετικών συναισθημάτων όπως η αισιοδοξία, η ελπίδα μέσα από την ενημέρωση των μαθητών και την προώθηση της συλλογικής δράσης. Ο Αλέξης(3^ο) οραματίζεται ένα βιώσιμο μέλλον υποστηρίζοντας ότι το σχολείο «πρέπει να μας μάθει ότι δεν πρέπει αυτό να το

παρατήσουμε, πρέπει να συνεχίσουμε να προσπαθούμε να σώσουμε το σπίτι μας, τον πλανήτη μας».

Τέλος η Νίκη(3^ο) πιστεύει ότι το σχολείο με το να προγραμματίζει συχνά «εκδρομές στη φύση» θα περιορίσει το άγχος των εφήβων για την κλιματική αλλαγή. Η ίδια υποστηρίζει επίσης ότι ο ανοιχτός διάλογος και η συζήτηση μεταξύ των εφήβων στο σχολείο για την κλιματική αλλαγή και για τα συναισθήματα που η τελευταία προκαλεί θα επιφέρει θετικά αποτελέσματα τόσο στη διαχείριση του άγχους όσο και στην καλλιέργεια πρωτοβουλιών για δράση: «να υπάρξουν ομάδες όπως η περιβαλλοντική ομάδα και όχι μόνο, παιδιά μαζεμένα και να συζητάνε σχετικά μ' αυτό».

3 Συμπεράσματα-Συζήτηση

3.1 Συμπεράσματα

Η ψυχική υγεία των εφήβων που συμμετείχαν στην έρευνα φαίνεται ότι επηρεάζεται από τις επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής. Οι έφηβοι αποτελούν μαζί με τα παιδιά τις ηλικιακές ομάδες που είναι ιδιαίτερα ευάλωτες στις επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής και κατά συνέπεια έχουν εντονότερα συναισθήματα ανησυχίας για το κλίμα (Crandon et al., 2022. Coffey et al., 2021). Τα αποτελέσματα της έρευνας αναδεικνύουν πως οι έφηβοι ανησυχούν μέτρια έως πολύ για την πορεία της κλιματικής αλλαγής και τις απρόβλεπτες επιπτώσεις του φαινομένου γεγονός που βρίσκεται σε συμφωνία με τα δεδομένα των διεθνών ερευνών (Hickman et al., 2021. Sciberras & Fernando 2022. Jones & Lucas, 2023. Ndeti et al., 2024).

Ειδικότερα οι έφηβοι της έρευνας ανέφεραν ότι βιώνουν μια σειρά από αρνητικά κλιματικά συναισθήματα όπως θλίψη, φόβο, ανησυχία, άγχος για το μέλλον της ανθρωπότητας και του πλανήτη. Επίσης αρκετοί ανέφεραν ότι νιώθουν απογοητευμένοι και θυμωμένοι προς την ανθρωπότητα διότι απέτυχε να φροντίσει τον πλανήτη και κατακλύζονται από συναισθήματα αδυναμίας και παραίτησης. Αντίστοιχα κλιματικά συναισθήματα ανέδειξαν και τα αποτελέσματα άλλων διεθνών ερευνών (Hickman et al., 2021. Galway & Field, 2023. Jones & Lucas, 2023. Ndeti et al., 2024).

Επίσης στην παρούσα έρευνα αναδείχθηκε το αίσθημα της ενοχικότητας που νιώθουν οι έφηβοι για την ατομική ευθύνη που έχουν απέναντι στην πορεία της κλιματικής

αλλαγής αλλά και τα έντονα συναισθήματα του θυμού και της αγανάκτησης για την παθητικότητα και την έλλειψη δράσης για το μετριασμό της κλιματικής αλλαγής. Τα συναισθήματα αυτά φαίνεται να επαληθεύονται και από τα αποτελέσματα της έρευνας των Hickman et al (2021).

Επίσης πολλοί μελετητές έχουν συνδέσει το κλιματικό άγχος με το υπαρξιακό άγχος, τις βαθύτερες υπαρξιακές ανησυχίες και το αίσθημα της οντολογικής ανασφάλειας, αφού η κλιματική αλλαγή είναι κυρίως ένα υπαρξιακό πρόβλημα που αφορά τη μελλοντική επιβίωση της ανθρωπότητας (Ojala, 2023. Clayton, 2020. Pihkala, 2020). Η συγκεκριμένη σύνδεση αναδείχθηκε και στην παρούσα έρευνα εφόσον οι έφηβοι φαίνεται να αντιμετωπίζουν την κλιματική αλλαγή ως ζήτημα προσωπικής υπαρξιακής απειλής καθώς θα βιώσουν τις χειρότερες πιθανές επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής.

Τέλος τα συναισθήματα που ανέφεραν λιγότερο συχνά οι έφηβοι ήταν η αισιοδοξία, η ελπίδα και η αδιαφορία, γεγονός που βρίσκεται σε συμφωνία με τα αποτελέσματα της έρευνας των Hickman et al. (2021). Σχετικά με την ελπίδα οι Coffey et al. (2021), αναφέρουν ότι το κλιματικό άγχος μπορεί να συνδεθεί με θετικά συναισθήματα όπως η ελπίδα και η ενδυνάμωση αποτελώντας πηγή κινήτρων για ενεργό δέσμευση και εστίαση στις προσπάθειες μετριασμού του φαινομένου. Με άλλα λόγια το άγχος για το κλίμα μπορεί να είναι μια υγιής ψυχολογική προσαρμογή και απάντηση στην απειλή της κλιματικής αλλαγής που συνδέεται με τη συλλογική δράση (Whitmarsh et al., 2022. Coffey et al., 2021).

Όσον αφορά την καθημερινότητα οι περισσότεροι έφηβοι που συμμετείχαν στην παρούσα έρευνα δήλωσαν ότι η κλιματική αλλαγή και τα κλιματικά συναισθήματα που βιώνουν δεν επηρεάζουν αρνητικά την καθημερινή ζωή και λειτουργία τους. Αντίστοιχα ευρήματα έδειξαν και οι παλιότερες διεθνείς έρευνες Tucotte et al. (2023) και Galway & Field (2023). Αντιθέτως στην έρευνα των Hickman et al. (2021) οι νέοι που επηρεάζονταν αρνητικά στην καθημερινότητα τους εξαιτίας της κλιματικής αλλαγής έφτανε το 45%. Βέβαια όταν εκδηλώνονται ακραία καιρικά φαινόμενα όπως πυρκαγιές και πλημμύρες οι έφηβοι της παρούσας έρευνας φάνηκε ότι κατακλύζονται από αρνητικά συναισθήματά τα οποία επηρεάζουν έστω και παροδικά την καθημερινότητα τους.

Επίσης φαίνεται ότι η κλιματική αλλαγή επηρεάζει τα όνειρα των νέων για το μέλλον. Οι περισσότεροι έφηβοι εξέφρασαν την απαισιοδοξία τους για το μέλλον, θεωρούν ότι η ανθρωπότητα είναι καταδικασμένη και πιστεύουν ότι δε θα έχουν τις ίδιες ευκαιρίες με τους γονείς τους και 3 έφηβοι ανέφεραν ότι θα διστάσουν στο μέλλον να αποκτήσουν παιδιά λόγω της απρόβλεπτης πορείας της κλιματικής αλλαγής. Τα συγκεκριμένα ευρήματα βρίσκονται σε συμφωνία με τις διεθνείς εμπειρικές μελέτες των Hickman et al. (2021) και Galway & Field (2023).

Σχετικά με τις πηγές πληροφόρησης για την κλιματική αλλαγή οι έφηβοι που συμμετείχαν στις ομάδες εστίασης ανέφεραν ότι ενημερώνονται από το διαδίκτυο, τα ΜΜΕ, τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, το σχολείο, την οικογένεια και τους συνομηλίκους. Σε αντίστοιχα ευρήματα κατέληξαν και οι έρευνες των Sulistyawati et al (2018), Morote & Hernández (2022) και Roser-Renouf et al., (2020). Βέβαια όσον αφορά την ενημέρωση στο σχολείο όλοι οι έφηβοι δήλωσαν ότι οι εκπαιδευτικοί αναφέρονται στην κλιματική αλλαγή με τρόπο τεχνοκρατικό και διεκπεραιωτικό γεγονός που επαληθεύεται και από άλλες διεθνείς έρευνες (Drumm & Vandermause , 2023. Karsgaard & Davidson, 2023. Jones & Davison, 2021).

Οι γονείς των συμμετεχόντων εφήβων αποδείχθηκε ότι δεν είναι καθόλου ενημερωμένοι και κατά συνέπεια ευαισθητοποιημένοι για την κλιματική αλλαγή. Σύμφωνα με τα λεγόμενα των εφήβων οι γονείς τους δεν ανησυχούν ιδιαίτερα για την κλιματική αλλαγή και συζητούν ελάχιστα με τα παιδιά τους γύρω από αυτό το θέμα συνήθως όταν παρακολουθούν την εκδήλωση ακραίων καιρικών φαινομένων. Σύμφωνα με τις βιβλιογραφικές αναφορές είναι αναγκαίο οι γονείς να υποστηρίζουν τη συναισθηματική έκφραση των παιδιών τους (Léger-Goodes et al., 2023), να αντιλαμβάνονται το ρόλο τους ως ενθάρρυνση και υποστήριξη για δράση (Baker et al., 2021) και έτσι όταν η επικοινωνία μεταξύ των μελών της οικογένειας σχετικά με την κλιματική αλλαγή είναι προσανατολισμένη στη λύση οικοδομείται η ανθεκτικότητά, μειώνονται τα αρνητικά συναισθήματα και προάγεται η δράση για το μετριασμό των επιπτώσεων της κλιματικής αλλαγής (Ojala και Bengtsson, 2019).

Αναφορικά με τον ρόλο του σχολείου στη διαχείριση του άγχους και των υπόλοιπων οικολογικών συναισθημάτων φαίνεται ότι η ενημέρωση, η ευαισθητοποίηση και η προώθηση στρατηγικών αντιμετώπισης και δράσης θα πρέπει να είναι οι βασικοί στόχοι τού σχολείου. Οι έφηβοι που συμμετείχαν στην έρευνα θεωρούν ότι το σχολείο πρέπει να προωθεί τη συλλογική δράση, να ενθαρρύνει την ενεργή

συμμετοχή των μαθητών και να προτείνει στρατηγικές αντιμετώπισης της κλιματικής αλλαγής και πρωτοβουλίες δράσεων για ένα βιώσιμο μέλλον. Αυτό θα έχει ως αποτέλεσμα την καλλιέργεια της αυτό-αποτελεσματικότητας των εφήβων και την φιλοπεριβαλλοντική τους δέσμευση. Η σημασία της δράσης στην εκπαίδευση ως απάντηση στο κλιματικό άγχος των νέων φαίνεται και από την έρευνα των Galway & Field (2023). Η δράση θεωρείται το αντίδοτο και η βασική απάντηση στα συναισθήματα άγχους, θλίψης και απόγνωσης που αντιμετωπίζουν οι έφηβοι και οι ευκαιρίες για συμμετοχή σε δράσεις και τα εκπαιδευτικά προγράμματα που προωθούν την ενεργή συμμετοχή ευαισθητοποιούν τους μαθητές, ενισχύουν την αυτό-αποτελεσματικότητα και την φιλοπεριβαλλοντική συμπεριφορά (Crandon et al., 2022). Είναι πολύ σημαντικό να δίνεται η ευκαιρία στους μαθητές να διερευνούν, να αξιολογούν και να επιλέγουν στρατηγικές δράσης (Ojala, 2015. Φλογαίτη, 2011). Βέβαια η δράση πρέπει να σχετίζεται με την κλιματική αλλαγή και όχι γενικά με άλλα ζητήματα του περιβάλλοντος, απαιτεί δηλαδή κατανόηση του φαινομένου.

Επίσης οι έφηβοι της έρευνας περιμένουν από το σχολείο την καλλιέργεια θετικών συναισθημάτων όπως η αισιοδοξία και η ελπίδα. Η ελπίδα μετριάζει το άγχος και τα συναισθήματα παράλυσης και ωθεί τα άτομα σε δράση. Η δράση με τη σειρά της γεννά ελπίδα και βοηθά τα άτομα να διαχειρίζονται το φόβο τους (Magklara et al., 2024). Σύμφωνα με την Ojala (2012, 2015) η περιβαλλοντική συμπεριφορά των εφήβων μαθητών έχει σχέση με την εποικοδομητική ελπίδα ενώ το άγχος για την κλιματική αλλαγή αυξάνεται όταν απουσιάζει η πολιτική δράση. Αντίστοιχο εύρημα έδειξε και η έρευνα των Galway & Field (2023), στην οποία οι έφηβοι ανέφεραν ότι προτιμούν στο σχολείο να λαμβάνουν ελπιδοφόρα μηνύματα για την αντιμετώπιση της κλιματικής αλλαγής που θα βασίζονται στην ανάληψη δράσης.

Επίσης οι έφηβοι έδειξαν ότι δεν θα ήθελαν να συζητήσουν στο σχολείο σχετικά με το άγχος και την αγωνία τους για την εξέλιξη της κλιματικής αλλαγής καθώς θεωρούν ότι το τεχνοκρατικό σύστημα και ο διεκπεραιωτικός χαρακτήρας του σημερινού ελληνικού σχολείου δεν αφήνει χώρο στην ψυχική και συναισθηματική υποστήριξη των μαθητών. Βέβαια, από τα λεγόμενα μίας έφηβης αναδείχθηκε η σημασία του ανοιχτού διαλόγου μεταξύ των μαθητών στο σχολείο σχετικά με την κλιματική κρίση και το άγχος που βιώνουν. Σύμφωνα με τον Pihkala (2020), τα οφέλη είναι πολλά από τη συζήτηση σχετικά με τα κλιματικά συναισθήματα σε ένα ασφαλές σχολικό περιβάλλον και επομένως οι εκπαιδευτικοί οφείλουν να παρέχουν ευκαιρίες στους

μαθητές να συζητούν και να εκφράζουν ανοιχτά οτιδήποτε νιώθουν και βιώνουν σε σχέση με την κλιματική αλλαγή. Στην έρευνα των Galway & Field (2023) παρουσιάστηκαν αντίστοιχα αποτελέσματα καθώς οι ερωτηθέντες αναφέρουν ότι επιθυμούν να νιώθουν ασφαλείς στο σχολείο όταν εξωτερικεύουν τα συναισθήματά τους, θα ήθελαν ψυχολογική υποστήριξη εντός του σχολείου και θεωρούν ότι η εκπαίδευση πρέπει να επικεντρωθεί περισσότερο στις κοινωνικές και συναισθηματικές διαστάσεις της.

Τέλος μία συμμετέχουσα στην παρούσα έρευνα θεωρεί το σχολείο πρέπει να προωθεί την επαφή των παιδιών με τη φύση για να περιοριστούν τα αρνητικά οικολογικά συναισθήματα. Σύμφωνα με τους Magklara et al, (2024) το σχολείο πρέπει να εντάξει στο πρόγραμμα του τακτικές επισκέψεις σε φυσικές περιοχές ώστε το φυσικό περιβάλλον να χρησιμοποιείται όχι μόνο ως φόντο αλλά και ως πηγή μάθησης.

3.2 Συζήτηση

3.2.1 Περιορισμοί της έρευνας

Αρχικά οι περιορισμοί της παρούσας ποιοτικής έρευνας αφορούν τις δυνατότητες γενίκευσης των αποτελεσμάτων λόγω του μικρού δείγματος συμμετεχόντων. Επίσης οι περιορισμοί της έρευνας σχετίζονται με τη μέθοδο των ομάδων εστίασης. Στις ομάδες εστίασης ο ερευνητής ελέγχει λιγότερο τη διαδικασία συγκριτικά με τις ατομικές συνεντεύξεις και θα πρέπει αφενός να διευκολύνει τη ροή της συζήτησης και αφετέρου να παρεμβαίνει για να αναδείξει τα σημαντικά ζητήματα (Bryman, 2017). Μια δυσκολία και ταυτόχρονα πρόκληση που αντιμετωπίσαμε ήταν η διασφάλιση της συμμετοχής όλων των μελών της κάθε ομάδας και ο χειρισμός αφενός των απρόθυμων ομιλητών και αφετέρου αυτών που προσπαθούν να μονοπωλήσουν το ενδιαφέρον ή να κερδίσουν τις εντυπώσεις. Επιπλέον, στα πλαίσια της ομαδικής συζήτησης οι συμμετέχοντες *«έχουν περισσότερο τη τάση να εκφράζουν πολιτισμικά αναμενόμενες απόψεις»* σε σύγκριση με την ατομική συνέντευξη (Bryman, 2017: 568). Τέλος οι περιορισμοί της έρευνας σχετίζονται με την πιθανή εμπλοκή των προσωπικών μας αντιλήψεων ιδιαίτερα κατά την ανάλυση των δεδομένων και την παρουσίαση των αποτελεσμάτων της έρευνας.

3.2.3 Προτάσεις για μελλοντική έρευνα

Οι επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής στην ψυχική υγεία των παιδιών και των εφήβων δεν έχουν διερευνηθεί στην Ελλάδα. Προτείνεται η εφαρμογή της έρευνας

σε περισσότερες πόλεις της Ελλάδας μέσω ποσοτικών μεθόδων στις οποίες είναι δυνατή η συμμετοχή περισσότερων ατόμων, γεγονός που θα οδηγήσει σε πιο γενικεύσιμα συμπεράσματα. Επίσης θα ήταν σημαντικό να γίνουν έρευνες σε πληγείσες από ακραία καιρικά φαινόμενα περιοχές και πόλεις της Ελλάδας ώστε να αναδειχθούν οι άμεσες και έμμεσες επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής στην ψυχική υγεία των παιδιών και των νέων.

Επιπλέον είναι πολύ σημαντικό να διερευνηθεί περαιτέρω ο ρόλος της εκπαίδευσης σχετικά με τη διαχείριση του κλιματικού άγχους των μαθητών τόσο από την πλευρά των ίδιων όσο και από την πλευρά των εκπαιδευτικών. Σκοπός είναι να αναδειχθεί η αλληλεπίδραση μεταξύ της εκπαίδευσης και των επιπτώσεων της κλιματικής αλλαγής στην ψυχική υγεία των παιδιών και ο καθοριστικός ρόλος του σχολείου στην καλλιέργεια ανθεκτικών νέων που θα μπορούν να αντιμετωπίσουν την κλιματική κρίση μετατρέποντας τα αρνητικά τους συναισθήματα σε κινητήριες δυνάμεις για ένα αειφόρο μέλλον.

4 Βιβλιογραφικές αναφορές

4.1 Ξενόγλωσση βιβλιογραφία

Albrecht, G. (2005). 'Solastalgia'. A new concept in health and identity. *PAN:*

philosophy activism nature, 3, 41-55.

<https://search.informit.org/doi/10.3316/informit.897723015186456>

Albrecht, G., Sartore, G. M., Connor, L., Higginbotham, N., Freeman, S., Kelly, B., & Pollard, G. (2007). Solastalgia: the distress caused by environmental change. *Australasian psychiatry*, 15, 95-98.

<https://doi.org/10.1080/10398560701701288>

Albrecht, G. (2011). Chronic environmental change: Emerging

‘psychoterratic’ syndromes. In *Climate Change and Human Well-Being:*

Global Challenges and Opportunities, 43-56, Springer.

https://doi.org/10.1007/978-1-4419-9742-5_3

Albrecht, G. A. (2020). Negating solastalgia: An emotional revolution from the Anthropocene to the Symbiocene. *American Imago*, 77(1), 9-30.

<https://doi.org/10.1353/aim.2020.0001>

- Baker, C., Clayton, S., & Bragg, E. (2021). Educating for resilience: Parent and teacher perceptions of children's emotional needs in response to climate change. *Environmental Education Research*, 27(5), 687-705.
<https://doi.org/10.1080/13504622.2020.1828288>
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative research in psychology*, 3(2), 77-101.
<https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Bryan, A. (2020). Affective pedagogies: Foregrounding emotion in climate change education. *Policy and Practice: A Development Education Review*, 30, 8-30.
<https://www.developmenteducationreview.com/sites/default/files/Full%20Issue%2030%20final%20%281%29%20.pdf#page=11>
- Cianconi, P., Betrò, S., & Janiri, L. (2020). The impact of climate change on mental health: a systematic descriptive review. *Frontiers in psychiatry*, 11, 74.
<https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.00074>
- Clayton, S. (2020). Climate anxiety: Psychological responses to climate change. *Journal of anxiety disorders*, 74.
<https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2020.102263>
- Clayton, S., & Karazsia, B. T. (2020). Development and validation of a measure of climate change anxiety. *Journal of environmental psychology*, 69, 101434.
<https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2020.101434>
- Clayton, S., Manning, C., Krygsman, K., & Speiser, M. (2017). *Mental health and our changing climate: Impacts, implications, and guidance*. American Psychological Association and ecoAmerica.
<https://www.apa.org/news/press/releases/2017/03/mental-health-climate.pdf>
- Coffey, Y., Bhullar, N., Durkin, J., Islam, M. S., & Usher, K. (2021). Understanding eco-anxiety: A systematic scoping review of current literature and identified knowledge gaps. *The Journal of Climate Change and Health*, 3.
<https://doi.org/10.1016/j.joclim.2021.100047>
- C3S, Copernicus Climate Change Service, (2024) Monthly climate bulletin for May 2024. Ανακτήθηκε στις 10 Ιουνίου 2024, από:

<https://climate.copernicus.eu/may-2024-marks-12-months-record-breaking-global-temperatures>

- Fritze, J. G., Blashki, G. A., Burke, S., & Wiseman, J. (2008). Hope, despair and transformation: Climate change and the promotion of mental health and wellbeing. *International journal of mental health systems*, 2(1), 13. <https://doi.org/10.1186/1752-4458-2-13>
- Galway, L. P., & Field, E. (2023). Climate emotions and anxiety among young people in Canada: A national survey and call to action. *The Journal of Climate Change and Health*, 9, 100204. <https://doi.org/10.1016/j.joclim.2023.100204>
- Crandon, T. J., Scott, J. G., Charlson, F. J., & Thomas, H. J. (2022). A social–ecological perspective on climate anxiety in children and adolescents. *Nature Climate Change*, 12(2), 123-131. <https://doi.org/10.1038/s41558-021-01251-y>
- Galway, L. P., Beery, T., Jones-Casey, K., & Tasala, K. (2019). Mapping the solastalgia literature: A scoping review study. *International journal of environmental research and public health*, 16(15), 2662. <https://doi.org/10.3390/ijerph16152662>
- Galway, L. P., & Field, E. (2023). Climate emotions and anxiety among young people in Canada: A national survey and call to action. *The Journal of Climate Change and Health*, 9, 100204. <https://doi.org/10.1016/j.joclim.2023.100204>
- Gislason, M. K., Kennedy, A. M., & Witham, S. M. (2021). The interplay between social and ecological determinants of mental health for children and youth in the climate crisis. *International journal of environmental research and public health*, 18(9), 4573. <https://doi.org/10.1016/j.joclim.2023.100204>
- Hayes, K., Blashki, G., Wiseman, J., Burke, S., & Reifels, L. (2018). Climate change and mental health: risks, impacts and priority actions. *International journal of mental health systems*, 12(1), 1-12. <https://doi.org/10.1186/s13033-018-0210-6>
- Hickman, C., Marks, E., Pihkala, P., Clayton, S., Lewandowski, R. E., Mayall, E. E., Wray, B., Mellor, C., & van Susteren, L. (2021). Climate anxiety in children and young people and their beliefs about government responses to climate

- change: a global survey. *The Lancet Planetary Health*, 5(12), 863-873. .
[https://doi.org/10.1016/S2542-5196\(21\)00278-3](https://doi.org/10.1016/S2542-5196(21)00278-3)
- Innocenti, M., Santarelli, G., Lombardi, G. S., Ciabini, L., Zjalic, D., Di Russo, M., & Cadeddu, C. (2023). How can climate change anxiety induce both pro-environmental behaviours and eco-paralysis? The mediating role of general self-efficacy. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(4), 3085. <https://doi.org/10.3390/ijerph20043085>
- Jones, C. A., & Lucas, C. (2023). ‘Listen to me!’: Young people’s experiences of talking about emotional impacts of climate change. *Global Environmental Change*, 83, 102744. <https://doi.org/10.1016/j.gloenvcha.2023.102744>
- Jones, C. A., & Davison, A. (2021). Disempowering emotions: The role of educational experiences in social responses to climate change. *Geoforum*, 118, 190-200. <https://doi.org/10.1016/j.geoforum.2020.11.006>
- Karsgaard, C., & Davidson, D. (2023). Must we wait for youth to speak out before we listen? International youth perspectives and climate change education. *Educational Review*, 75(1), 74-92. <https://doi.org/10.1080/00131911.2021.1905611>
- Lawrance, E. L., Thompson, R., Newberry Le Vay, J., Page, L., & Jennings, N. (2022). The impact of climate change on mental health and emotional wellbeing: a narrative review of current evidence, and its implications. *International Review of Psychiatry*, 34(5), 443-498. <https://doi.org/10.1080/09540261.2022.2128725>
- Léger-Goodes, T., Malboeuf-Hurtubise, C., Mastine, T., Généreux, M., Paradis, P. O., & Camden, C. (2022). Eco-anxiety in children: A scoping review of the mental health impacts of the awareness of climate change. *Frontiers in Psychology*, 13, 907–935. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.872544>
- Magklara, K., Kapsimalli, E., Liarakou, G., Vlassopoulos, C., & Lazaratou, E. (2024). Climate crisis and youth mental health in Greece: an interdisciplinary approach. *Eur Child Adolesc Psychiatry*. <https://doi.org/10.1007/s00787-024-02391-0>

- Morgan, D. L. (1996). Focus groups. *Annual review of sociology*, 22(1), 129-152.
<https://doi.org/10.1146/annurev.soc.22.1.129>
- Morote, Á. F., & Hernández, M. (2022). What do school children know about climate change? A social sciences approach. *Social Sciences*, 11(4), 179.
<https://doi.org/10.3390/socsci11040179>
- Ndeti, D. M., Wasserman, D., Mutiso, V., Shanley, J. R., Musyimi, C., Nyamai, P., ... & Sourander, A. (2024). The perceived impact of climate change on mental health and suicidality in Kenyan high school students. *BMC psychiatry*, 24(1), 117. <https://doi.org/10.1186/s12888-024-05568-8>
- Ojala, M. (2012). Regulating Worry, Promoting Hope: How Do Children, Adolescents, and Young Adults Cope with Climate Change?. *International Journal of Environmental and Science Education*, 7(4), 537-561.
<https://eric.ed.gov/?id=EJ997146>
- Ojala, M. (2015). Hope in the face of climate change: Associations with environmental engagement and student perceptions of teachers' emotion communication style and future orientation. *The Journal of Environmental Education*, 46(3), 133-148. <https://doi.org/10.1080/00958964.2015.1021662>
- Ojala, M. (2016). Facing anxiety in climate change education: From therapeutic practice to hopeful transgressive learning. *Canadian Journal of Environmental Education (CJEE)*, 21, 41-56. <https://cjee.lakeheadu.ca/article/view/1393>
- Ojala, M., & Bengtsson, H. (2019). Young people's coping strategies concerning climate change: Relations to perceived communication with parents and friends and proenvironmental behavior. *Environment and Behavior*, 51(8).
<https://doi.org/10.1177/0013916518763894>
- Ojala, M. (2023). Climate-change education and critical emotional awareness (CEA): Implications for teacher education. *Educational Philosophy and Theory*, 55(10), 1109-1120. <https://doi.org/10.1080/00131857.2022.2081150>
- Palinkas, L. A., & Wong, M. (2020). Global climate change and mental health. *Current opinion in psychology*, 32, 12-16.
<https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2019.06.023>

- Pihkala, P. (2020). Anxiety and the ecological crisis: An analysis of eco-anxiety and climate anxiety. *Sustainability*, 12(19), 7836.
<https://doi.org/10.3390/su12197836>
- Pihkala, P. (2022). Toward a taxonomy of climate emotions. *Frontiers in climate*, 3, 738154. <https://doi.org/10.3389/fclim.2021.738154>
- Pörtner, H. O., Roberts, D. C., Tignor, M., Poloczanska, E., Mintenbeck, K., Alegría, A., ... & Rama, B. (2022). IPCC 2022: Climate Change 2022: impacts, adaptation and vulnerability: working group II contribution to the sixth assessment report of the intergovernmental panel on climate change.
<https://www.ipcc.ch/report/ar6/wg2/>
- Roser-Renouf, C., Maibach, E., & Myers, T. (2020). *American Adolescents' Knowledge, Attitudes and Sources of Information on Climate Change*. George Mason Center for Climate Change Communication.
<https://www.climatechangecommunication.org/wp-content/uploads/2023/06/teen-report-1.pdf>
- Sanson, A. V., Van Hoorn, J., & Burke, S. E. (2019). Responding to the impacts of the climate crisis on children and youth. *Child Development Perspectives*, 13(4), 201-207. <https://doi.org/10.1111/cdep.12342>
- Sciberras, E., & Fernando, J. W. (2022). Climate change-related worry among Australian adolescents: an eight-year longitudinal study. *Child and adolescent mental health*, 27(1), 22-29. <https://doi.org/10.1111/camh.12521>
- Sulistyawati, S., Mulasari, S. A., & Sukesu, T. W. (2018). Assessment of knowledge regarding climate change and health among adolescents in Yogyakarta, Indonesia. *Journal of environmental and public health*, 2018(1), 9716831.
<https://doi.org/10.1155/2018/9716831>
- Turcotte-Tremblay, A. M., Fortier, G., Bélanger, R. E., Bacque-Dion, C., Ganssion, R. J., Leatherdale, S. T., & Haddad, S. (2023). Climate anxiety is associated with self-efficacy and behavioural engagement amongst adolescents: a cross sectional analysis. <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-2720187/v1>
- Watts, N., Amann, M., Ayeb-Karlsson, S., Belesova, K., Bouley, T., Boykoff, M., ... & Costello, A. (2018). The Lancet Countdown on health and climate change:

from 25 years of inaction to a global transformation for public health. *The Lancet*, 391(10120), 581-630. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(17\)32464-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(17)32464-9)

Whitmarsh, L., Player, L., Jiongco, A., James, M., Williams, M., Marks, E., & Kennedy-Williams, P. (2022). Climate anxiety: What predicts it and how is it related to climate action?. *Journal of Environmental Psychology*, 83, 101866. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2022.101866>

World Health Organization. (2022) Mental health: strengthening our response.

Ανακτήθηκε στις 15 Ιουνίου 2022 από: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets>

4.2 Ελληνόγλωσση βιβλιογραφία

4.2.1 Ελληνική βιβλιογραφία

Δασκολιά, Μ. (2023). Η κλιματική κρίση ως «φαύλο» πρόβλημα και μαθησιακό αντικείμενο. Θεωρητικές, ερευνητικές και διδακτικές επισημάνσεις με άξονα την εκπαίδευση για την κλιματική αλλαγή. *Περιβαλλοντική Εκπαίδευση για την Αειφορία*, 5(1), 48-65. <https://doi.org/10.12681/ees.35760>

Ίσαρη, Φ., & Πουρκός, Μ. (2015). *Ποιοτική μεθοδολογία έρευνας* [Προπτυχιακό εγχειρίδιο]. Κάλλιπος, Ανοικτές Ακαδημαϊκές Εκδόσεις. <https://dx.doi.org/10.57713/kallipos-473>

Ιωσηφίδης, Θ. (2005). Η μέθοδος των Ομάδων Εστίασης (Focus Groups) στην ποιοτική κοινωνική έρευνα. *Το Βήμα των Κοινωνικών Επιστημών*, 11(42), 149-166. <https://journals.lib.uth.gr/index.php/tovima/article/view/2110>

Στάθης, Δ. (2016). Κλιματική Αλλαγή. Στο Στάθης, Δ. 2015. *Μαθήματα δασικής μετεωρολογίας και κλιματολογίας* [Προπτυχιακό εγχειρίδιο]. Κάλλιπος, Ανοικτές Ακαδημαϊκές Εκδόσεις. <https://hdl.handle.net/11419/4668>

Φλογαΐτη, Ε., (2011). *Εκπαίδευση για το περιβάλλον και την αειφορία*. Αθήνα: Πεδίο.

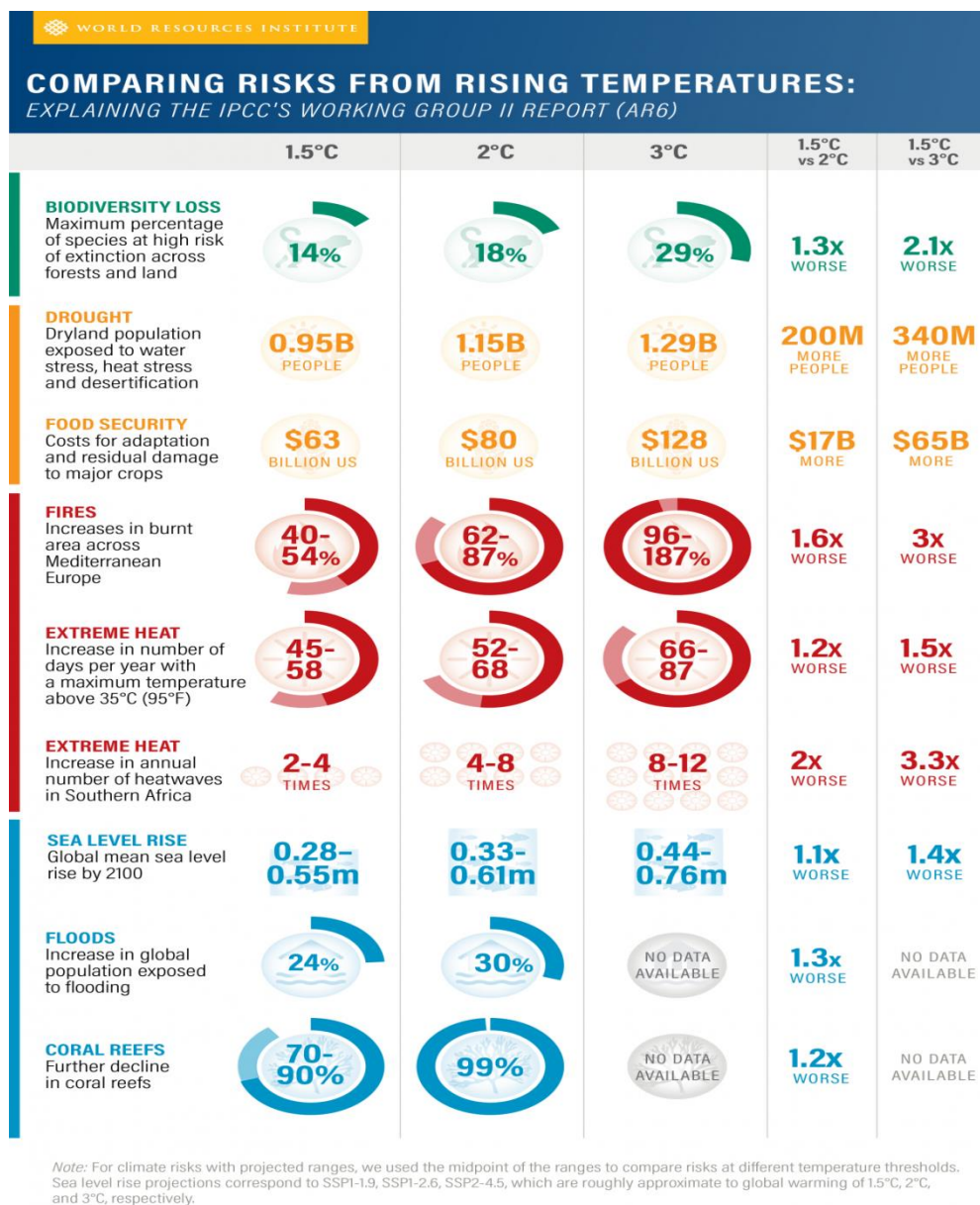
4.2.2 Ξένη βιβλιογραφία μεταφρασμένη

Bryman, A. (2017). *Μέθοδοι κοινωνικής έρευνας* (μτφ. Π. Σακελλαρίου). Αθήνα: Gutenberg.

Creswell, J. (2011). *Η έρευνα στην εκπαίδευση* (μτφ. Ν. Κουβαράκου). Αθήνα: Ίων.

Wright, R.T. & Boorse, D.F. (2013). *Περιβαλλοντική Επιστήμη. Προς ένα βιώσιμο μέλλον* (μτφ. Ε. Καλφάκη). Αθήνα: Επιστημονικές Εκδόσεις Παρισιάνου.

Παράρτημα



Εικόνα 1 : Οι κίνδυνοι από την αύξηση της θερμοκρασίας του πλανήτη. Θα κλιμακωθούν γρήγορα με υψηλότερες θερμοκρασίες. Η έκθεση διαπιστώνει ότι κάθε δέκατο του βαθμού πρόσθετης θέρμανσης θα κλιμακώσει τις απειλές για τους ανθρώπους, τα είδη και τα οικοσυστήματα προκαλώντας συχνά μη αναστρέψιμες επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής (IPCC, 2022).

Πίνακας Προσδιορισμός κλιματικού άγχους	
Clayton (2020)	<p>Άγχος που σχετίζεται με τις αντιλήψεις για την κλιματική αλλαγή, ακόμη και μεταξύ ατόμων που δεν έχουν βιώσει προσωπικά άμεσες επιπτώσεις.</p> <p>Φόβος που σχετίζεται με αρνητικές περιβαλλοντικές πληροφορίες</p>
Clayton & Karazsia (2020)	Μορφή αρνητικής συναισθηματικής αντίδρασης στην κλιματική αλλαγή.
Doherty & Clayton (2011)	Οι έμμεσες και άμεσες επιπτώσεις περιλαμβάνουν έντονα συναισθήματα που συνδέονται με την παρατήρηση των επιπτώσεων της κλιματικής αλλαγής παγκοσμίως, το άγχος και την αβεβαιότητα σχετικά με την πρωτοφανή κλίμακα των σημερινών και μελλοντικών κινδύνων για τον άνθρωπο και άλλα είδη.
Helm et al. (2018)	Σοβαρή και εξουθενωτική ανησυχία που σχετίζεται με ένα μεταβαλλόμενο και αβέβαιο φυσικό περιβάλλον.
Pihkala (2018)	<p>Αρνητικά συναισθήματα και ψυχικές καταστάσεις που προκύπτουν από τη γνώση των περιβαλλοντικών συνθηκών. Το κλιματικό άγχος μπορεί να προκύψει άμεσα από ένα περιβαλλοντικό πρόβλημα, αλλά τις περισσότερες φορές πρόκειται για έμμεση επίπτωση.</p> <p>Συνδέεται με ψυχολογικές και κοινωνικές άμυνες, όταν τα άτομα θεωρούν ότι είναι πολύ δύσκολο να διαχειριστούν τα συναισθήματά τους και τα υπαρξιακά ερωτήματα που σχετίζονται με τα περιβαλλοντικά προβλήματα.</p>
Pihkala (2020)	Άγχος το οποίο συνδέεται σημαντικά με την

	<p>οικολογική κρίση.</p> <p>Μια ευρείας κλίμακας αντίδραση στην κατάσταση των πλανητικών οικοσυστημάτων..</p> <p>Βαθιά υπαρξιακά άγχη.</p> <p>Ένας χρόνιος φόβος για την περιβαλλοντική καταστροφή. - Ενημερώνεται από τον Clayton (2017)</p> <p>Η γενικευμένη αίσθηση ότι τα οικολογικά θεμέλια της ύπαρξης βρίσκονται σε διαδικασία κατάρρευσης - Ενημερώνεται από τον Albrecht (2012)</p> <p>Σταθερή και ισχυρή, μορφή φόβου άλλοτε θεωρείται ότι σχετίζεται περισσότερο με την ανησυχία και άλλοτε ότι σχετίζεται περισσότερο με ισχυρό άγχος - Ενημερώνεται από τον Clayton (2017).</p> <p>Μια απειλή για την ύπαρξη των ανθρώπων και των κοινωνιών - Ενημερώνεται από τον Spratt (2019) ή για να συλλάβει μια βαθιά αισθανόμενη αμφισβήτηση και αγωνία που σχετίζεται με τις «έσχατες ανησυχίες» - Ενημερώνεται από τον Van Bruggen (2015) ή τα «όσα θεωρούνται ως δεδομένα της ζωής». - Ενημερώνεται από τον Temple (2018).</p>
Searle & Gow (2010)	<p>Αγωνία για την κλιματική αλλαγή.</p> <p>Υπερβολική ανησυχία και άγχος σχετικά με την κλιματική αλλαγή.</p> <p>Ανταπόκριση των ατόμων στα ζητήματα που αφορούν την κλιματική αλλαγή.</p>
Stanley et al. (2021)	<p>Άγχος που βιώνεται ως απάντηση στην οικολογική κρίση.</p>