



# Öko-Angst: Zwischen Krankheit und gesunder Antwort auf den Klimawandel

Dürren, Überschwemmungen, Artensterben – die Auswirkungen des Klimawandels klingen bedrohlich und können gerade bei jungen Menschen Ängste auslösen. Wie die Schule diesen begegnen kann.



Kindern und Jugendlichen hilft es, wenn sie sich mit einer bedrückenden Situation und den Gefühlen dazu auseinandersetzen – und daraus ausbrechen können. Foto: zVg

Öko-Angst ist ein neues Phänomen. Sie umfasst Ängste vor tatsächlichen und möglichen zukünftigen negativen Folgen des Klimawandels. Betroffene Menschen nehmen diese Folgen als unsicher, schwer vorhersehbar und kaum kontrollierbar wahr. Die Öko-Angst zeigt sich in psychischen und psychosomatischen Symptomen unterschiedlichen Grades.

## Wer ist von Öko-Angst betroffen?

Noch liegen wenige Studien zum Thema vor. Bisherige zeigen, dass insbesondere junge Menschen betroffen sind. Ihnen steht die Zukunft noch bevor. Sie setzen

*Über Emotionen sprechen, um aus der Pathologisierung und*

*der wahrgenommenen Gleichgültigkeit ausbrechen.*

sich daher umso mehr mit den Folgen des Klimawandels auseinander. Gleichzeitig haben sie nur beschränkte Ressourcen, um die Auswirkungen des Klimawandels zu beeinflussen oder zu mildern. Auch erwachsene Menschen können unter Öko-Angst leiden. Zum Beispiel, wenn sie sich der Natur oder der Gesellschaft besonders verbunden fühlen, wenn sie ein höheres Bildungsniveau aufweisen oder den Folgen des Klimawandels ausgesetzt sind.

## Wie wirkt sich Öko-Angst bei Kindern und Jugendlichen aus?

Symptome können Anspannung, Nervosität, Stress, Wut, Hilflosigkeit oder



Hoffnungslosigkeit sein. Auch Schlafstörungen, Konzentrationsschwierigkeiten oder Gereiztheit werden beschrieben.

### Öko-Angst als Motor für Veränderung?

Die Sorge um das Klima kann konstruktiv oder destruktiv sein. In welche Richtung es geht, hängt von verschiedenen Merkmalen ab. Es zeigt sich jedoch, dass Öko-Angst zu Veränderungen von Einstellungen, Verhaltensweisen und der eigenen Identität führen kann.

### Wie können Lehrpersonen in Schule und Unterricht auf das Phänomen reagieren?

Im Rahmen der Schule haben Lehrpersonen verschiedene Handlungsmöglichkeiten, um mit von Öko-Angst betroffenen Schülerinnen und Schülern umzugehen:

- Den Schwerpunkt auf persönlich relevante Informationen legen und diese auf eine ansprechende, einbindende Art und Weise vermitteln.
- Aufmerksam sein und auf die Gefahr der Individualisierung der Verantwortung achten. Nicht den Eindruck erwecken, dass die Schülerinnen und Schüler dafür verantwortlich sind, alle Übel der Welt zu lösen.
- Zeigen, dass man handeln kann und konkrete Handlungsmöglichkeiten bieten, um das Gefühl des Kontrollverlusts zu überwinden. Zum Beispiel kann auch in der Schule der Abfall getrennt werden. Oder die Schülerinnen und Schüler können dazu ermuntert werden, ihr Znüni in Boxen mitzunehmen anstatt in Plastiksäcken. Es gibt zudem zahlreiche

Lernmedien und Angebote von auserschulischen Akteuren, mit denen Themen wie Klimawandel, Biodiversität oder Umgang mit Ressourcen behandelt werden können. Dabei erkennen Schülerinnen und Schüler Handlungsmöglichkeiten, die sie anwenden können.

- Über Emotionen im Zusammenhang mit Öko-Angst sprechen, den Lernenden einen Platz geben, um aus der Pathologisierung und der wahrgenommenen Gleichgültigkeit auszubrechen.
- Sich als pädagogische Fachperson mit den eigenen Emotionen und mit dem eigenen Bezug zur Natur und Umwelt auseinandersetzen und sich in Bezug auf Öko-Angst weiterbilden.
- Mit den Schülerinnen und Schülern neue Geschichten schreiben über den Umgang mit der Natur und Umwelt. Rausgehen und sie dabei unterstützen, dass sie ihren Platz in dieser Geschichte finden können.

Abschliessend kann festgehalten werden, dass Öko-Angst durchaus eine treibende Kraft sein kann, um aktiv zu werden. Damit dies bei Kindern und Jugendlichen gelingt, ist ein frühzeitiges Erkennen und eine Unterstützung durch wachsame Lehrpersonen oder andere Bezugspersonen zentral. ■

Isabelle Bosset von *éducation21*

### Weiter im Netz

[www.education21.ch/de/themendossier](http://www.education21.ch/de/themendossier)