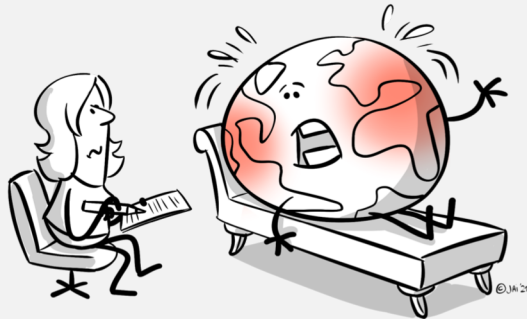


Psychosoziale Auswirkungen ökologischer Krisen auf Kinder und Jugendliche:

Was verlieren wir durch Nichthandeln, was gewinnen wir durch Handeln?

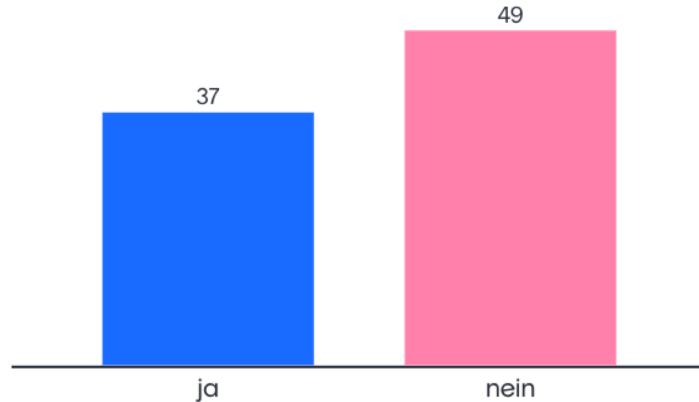


Prof. Dr. Julia Asbrand
Klinische Psychologie des Kindes- und Jugendalters, U Jena

DGVT-Akademie,
18.10.2023

Wer war im September schon dabei?

Ich war im September dabei...



Utopien basteln –

Wie muss eine Welt aussehen, in der Ihre (jungen) Patient*innen leichter gesund werden/bleiben können?

Chancengleichheit

Frieden

Weltfriede

mehr Menschlichkeit

Ehrlichkeit

soziale Gerechtigkeit

Kommunikation

mehr Toleranz

Prävention

Rücksicht

Werteorientierung

Menschlichkeit

Mitgefühl Gemeinschaftlichkeit

eine gerechtere Verteilung von Ressourcen

Wissen, Achtsamkeit, Nächstenliebe

Gemeinschaft

Liebe

Aufklärung

Utopien basteln –

Handlung, Solidarität, Mut

Nächstenliebe

Ordnung

veränderte Strukturen, bereits ab
Kindertagesstätten- und
Grundschulalter

Mehr Bewusstsein, mehr Aufklärung,
Frieden

Vorhersagbarkeit

einfühlsamere Menschen

Gemeinschaft

Chancengleichheit

Frieden

Gesellschaftskritik

Austausch und gegenseitiges
Verständnis

Gelassenheit

Frieden

Orientierung

mehr soziale Gerechtigkeit

Sehr viel Prävention
Sehr viel Stärkung
von Krisenresilienz

Gerechtigkeit, Sicherheit, Frieden

Utopien basteln –

Sicherheiten

eine Lobby für Kinder, Jugendliche
und ältere Menschen (mehr
Investitionen in diesem Bereich)

Demut

Zuhören

Frieden, Gleichberechtigung bei
Individualität

Gefühl von Wirksamkeit

Sicherheit und Frieden

ein soziales Miteinander

einen stärkeren Fokus auf Prävention

weniger Leistungsdruck, Empathie
und Klimaschutz

engagierte, bewusste Menschen an
wichtigen Schnittstellen im System

Naturverbundenheit

Frieden

einen besseren Umgang mit Medien

Monetäre Umverteilung

Mut, Gewohntes aufzugeben

Emanzipation

Entschleunigung

Fahrplan heute

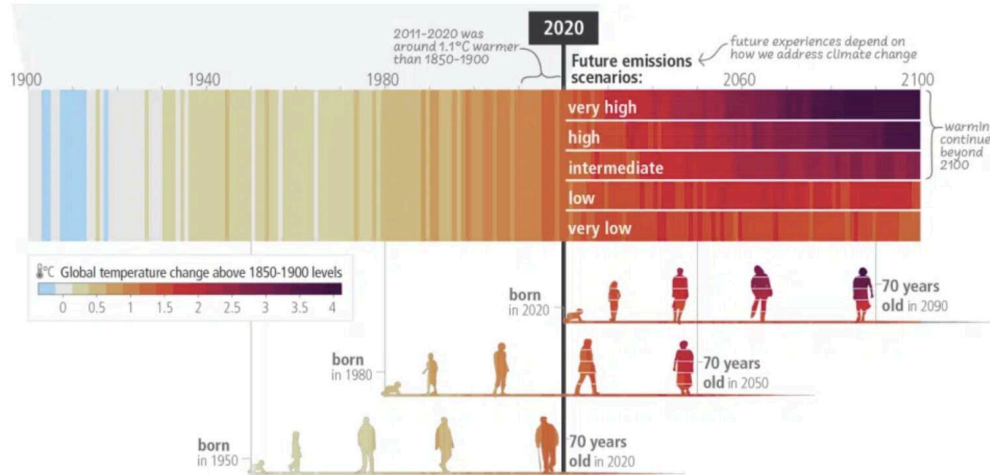
- **Der Stand der Dinge**
 - Von Klimawandel bis Klimakatastrophe
 - Entwicklungsfaktoren (im Kontext Planetarer Gesundheit)
 - Auswirkungen sozialökologischer Krisen auf Kinder und Jugendliche
- **Win-Win des Handelns**
 - Resilienz vom Individuum bis in die Gesellschaft
 - Klimaschutz und Psychische Gesundheit
- **Fazit**



Der Stand der Dinge

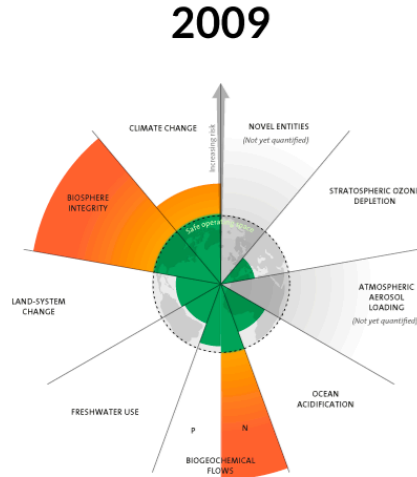
Von Klimawandel bis Klimakatastrophe

Status quo des Planeten



The extent to which current and future generations will experience a hotter and different world depends on choices now and in the near term.
Image: IPCC AR6.

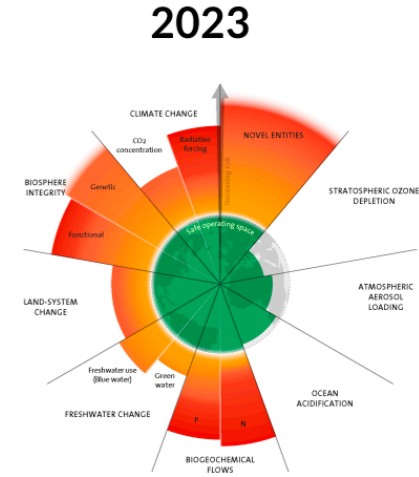
Von Klimawandel bis Klimakatastrophe



3 boundaries crossed



4 boundaries crossed



6 boundaries crossed



Sachverständigenrat zur
Begutachtung der Entwicklung
im Gesundheitswesen:

[https://www.svr-
gesundheit.de/fileadmin/Gutachten/Gutachten_2023/Gesamtgutacht
en_ePDF_Final.pdf](https://www.svr-gesundheit.de/fileadmin/Gutachten/Gutachten_2023/Gesamtgutachten_ePDF_Final.pdf)

*Überblick zu Auswirkungen des
Klimawandels auf die Gesundheit
des Menschen und mögliche
Belastungen des
Gesundheitssystems*

Von Klimawandel bis Klimakatastrophe



Climate change (...) has the potential to undermine decades of progress in global health.



Der Klimawandel (...) beinhaltet große Gefahren für die menschliche Gesundheit. Daher muss das Konzept der Planetaren Gesundheit („Planetary Health“) in den „Health in All Policies“-Ansatz eingebracht und umfassend berücksichtigt werden.



Virtually every child on the planet is already affected by climate change. (...) The climate crisis is a child rights crisis. It robs children of their ability to grow healthy and happy, and can ultimately cause illness, disease and even death.

Risikogruppen: Junge Menschen

- Einigkeit in Datenlage:
Pandemie beeinträchtigt
besonders psychische
Gesundheit junger Menschen
- Versorgungsangebot nicht
ausreichend
- Pandemie als Präzedenzfall
kommender Zeiten?



Zusammenfassung I

- Der Klimawandel und weitere sozialökologische Krisen sind längst in unserem Alltag angekommen und bedrohen unsere Gesundheit.
- **Besonders betroffen sind junge Menschen.**



Reflexion: Wo im Alltag erleben Sie Veränderungen durch den Klimawandel? Was berichten junge Menschen in Ihrer Umgebung?

Wie wirkt's auf die Psyche?



Warum trifft es junge Menschen besonders hart?



Entwicklungsfaktoren im Kontext Planetarer Gesundheit

1. **Interaktiver Prozess:** kognitive, sozio-emotionale und motorische Entwicklung als Resultat von Interaktion Genetik und Umwelt
2. **Sensible/kritische Phasen:** einzelne Fähigkeiten werden nur in bestimmten Zeitfenstern gut entwickelt
3. **Multiplikatoren:** frühe Entwicklungen beeinflussen spätere Entwicklungen
4. **Individualität:** Entwicklungsprozesse gestalten sich in Abhängigkeit von individuellen Resilienzfaktoren und umweltbezogenen Ressourcen und Anforderungen unterschiedlich

→ **Positive wie negative Bedingungen können massive Auswirkungen haben**

Eine der vulnerable Gruppen: Junge Menschen

- befinden sich in **sensibler** körperlicher und psychischer Entwicklungsphase
- stark **abhängig** von Bezugspersonen
- denken stärker über ihre Zukunft nach als Erwachsene
- Entwicklung hängt auch von **institutioneller Unterstützung** ab

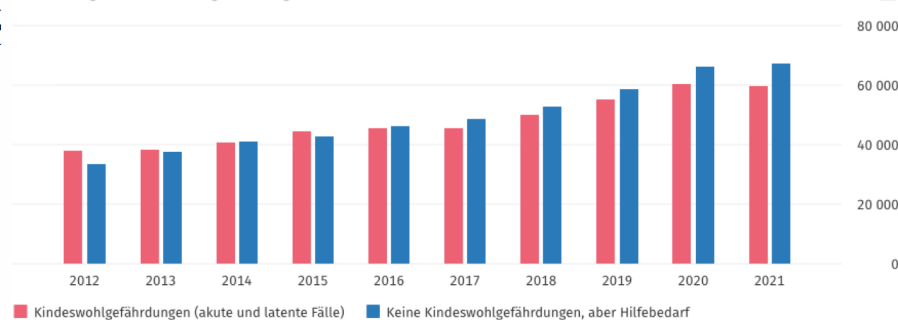


Probleme prä Pandemie

Soziale Interaktion und sozioemotionale Entwicklung

- **Gewalt in Familien:** emotionale Vernachlässigung, psychischer, körperlicher und sexueller Missbrauch
- 2018: bei 3,8 Fälle pro 1000 Kindern Kindeswohlgefährdung festgestellt

Entwicklung der Kindeswohlgefährdungen und der Fälle von Hilfebedarf

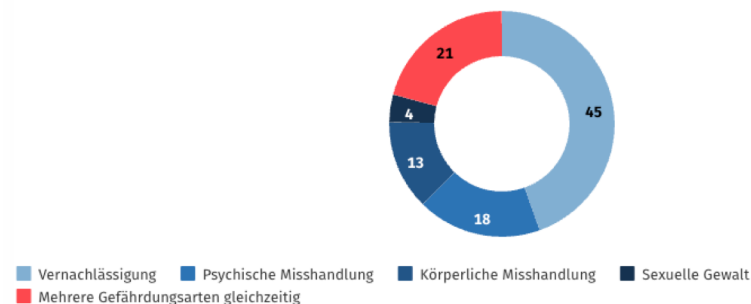


2012 ohne Hamburg

© Statistisches Bundesamt (Destatis), 2023

Arten der Kindeswohlgefährdung 2021

Anteil in %, insgesamt 59 948 Fälle



Rundungsbedingte Abweichung möglich.

© Statistisches Bundesamt (Destatis), 2023

Probleme prä Pandemie II

Bildung:

- 2017: 20% aller Kinder **Sprachförderbedarf**
- 2018: 21% aller 15jährigen in deutschen Schulen können **nicht lesen**
- 2019: 25% aller 4.-Klässler **keine ausreichend mathematisch-naturwissenschaftlichen Kompetenzen**

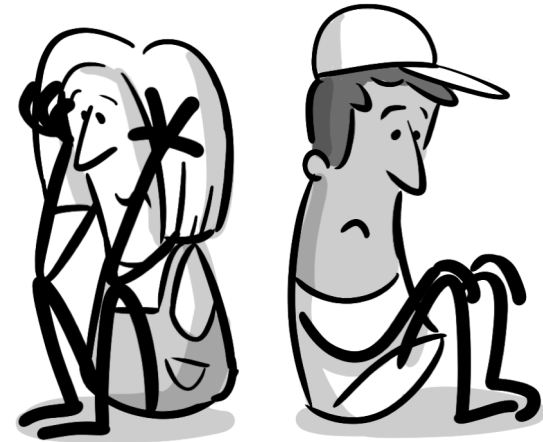
Körperliche Aktivität

- Nur 26% der Kinder und Jugendlichen bewegen sich pro Tag eine Stunde mit mind. Moderater Intensität

Probleme prä Pandemie III

Wohlbefinden und psychische Situation

- **Größte Krankheitslast** im Kindes- und Jugendalter
- besonders betroffen: Kinder mit **niedrigem sozioökonomischen Status** und Kinder von Eltern mit psychischen Belastungen
- Viele Kinder und Jugendliche mit psychischen Störungen **nicht ausreichend versorgt**



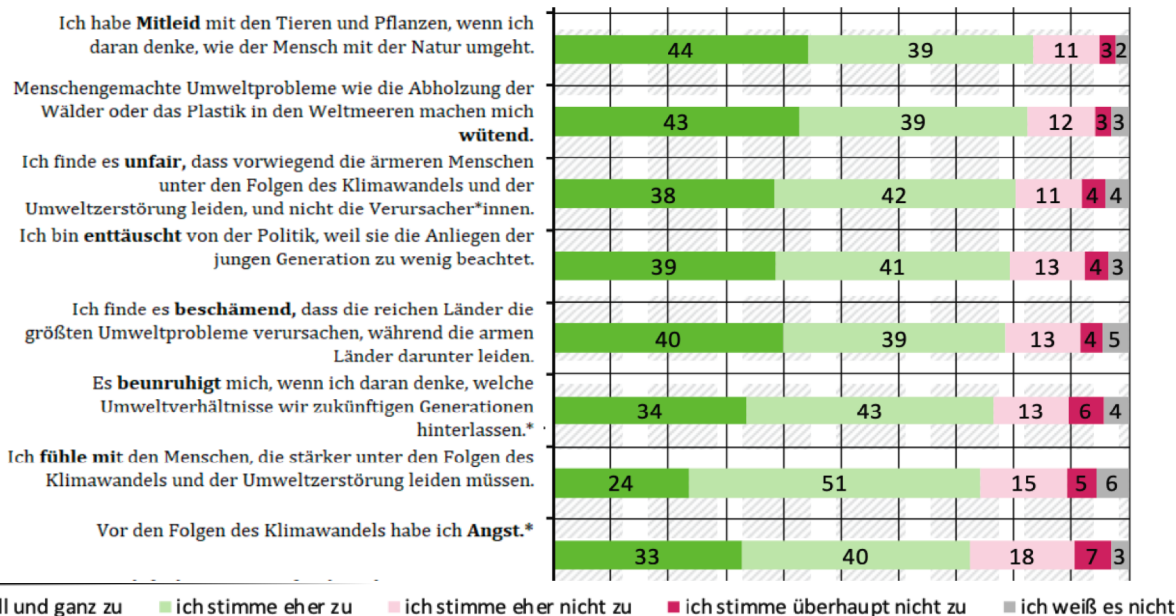
Aktuelle Datenlage Belastung Kinder und Jugendliche

- International (10 Länder, 10.000 Jugendliche): 75% finden Zukunft beängstigend



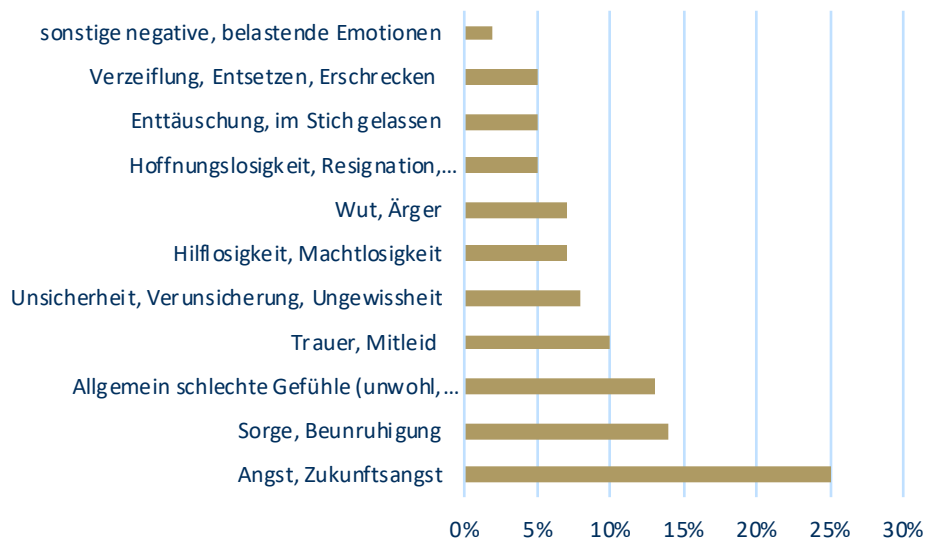
Aktuelle Datenlage Belastung Kinder und Jugendliche

– National (Umwelt- bewusst- seinsstudie, 2020, 1000 Jugendliche)



Frage nach Gefühlen zum Klimawandel

- „Wie fühlst du dich, wenn du an den Klimawandel denkst?“ (über 1.000 Befragte, Mehrfachnennungen möglich)



„Ich habe Angst, dass wir irgendwann im Schatten 45°C haben und all die Natur und die Lebewesen, die wir kennen (aus-) sterben werden und wir alle langsam sterben werden aufgrund von Nahrungsmittelmangel.“
(#682, w, 17 Jahre)

„... Hilflosigkeit und Wut, weil ich mir selber Mühe gebe, das Klima zu schützen, jedoch so oft Leute sehe, die sich in keinsten Weise darum kümmern und nicht an den Wandel glauben. Das löst Angst und extreme Wut aus.“
(#318, w, 16 Jahre)

Befunde Multiple Krisen: Wohlbefinden und psychische Situation

- Zusammenhang Pandemie- & Klimastress mit depressiven Symptomen
- Zusammenhang Ukrainestress mit Angstsymptomen
- ... auch unabhängig von individuellen Stressfaktoren
- Schutzfaktoren: Selbstwirksamkeit und expressive Flexibilität

N = 4001 Schüler*innen im Saarland



Zusammenfassung II

- Die **Klimakrise** hängt eng mit psychologischen Faktoren zusammen und **befeuert psychische Belastung**.
- **Besonders betroffen sind junge Menschen**, wobei ihre **Reaktionen** sehr **unterschiedlich** sein können.
- **Reale Probleme erfordern reale Lösungen.**

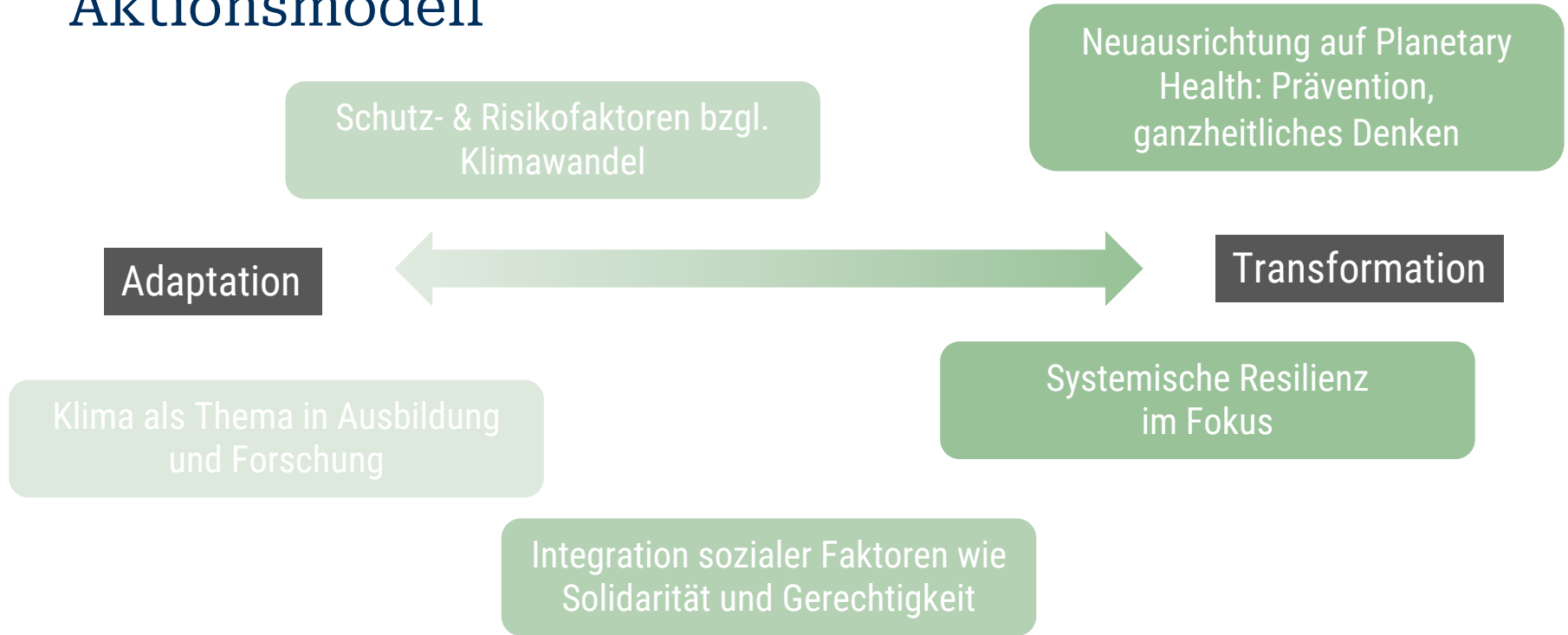


Reflexion: Wie geht es Ihnen mit dem Klimawandel/Klimanotfall?

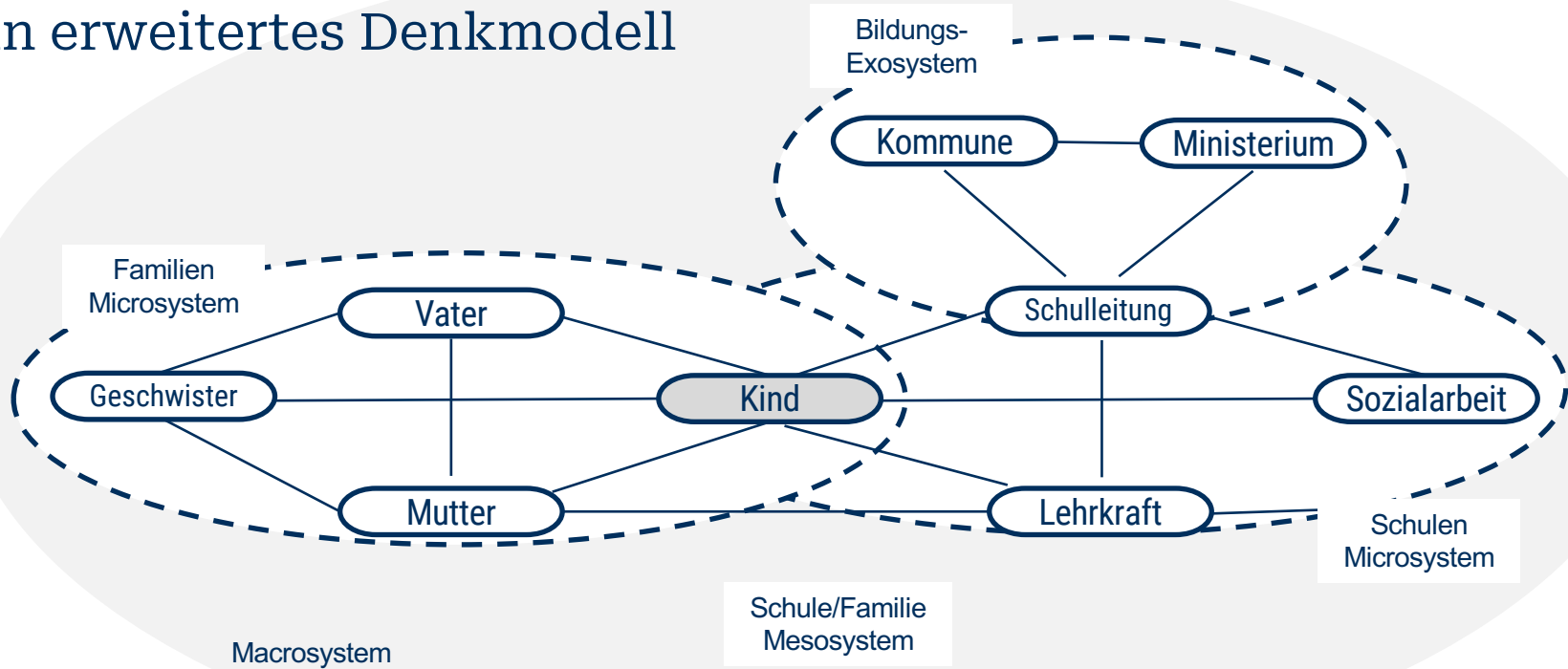


Win-Win der Handlung

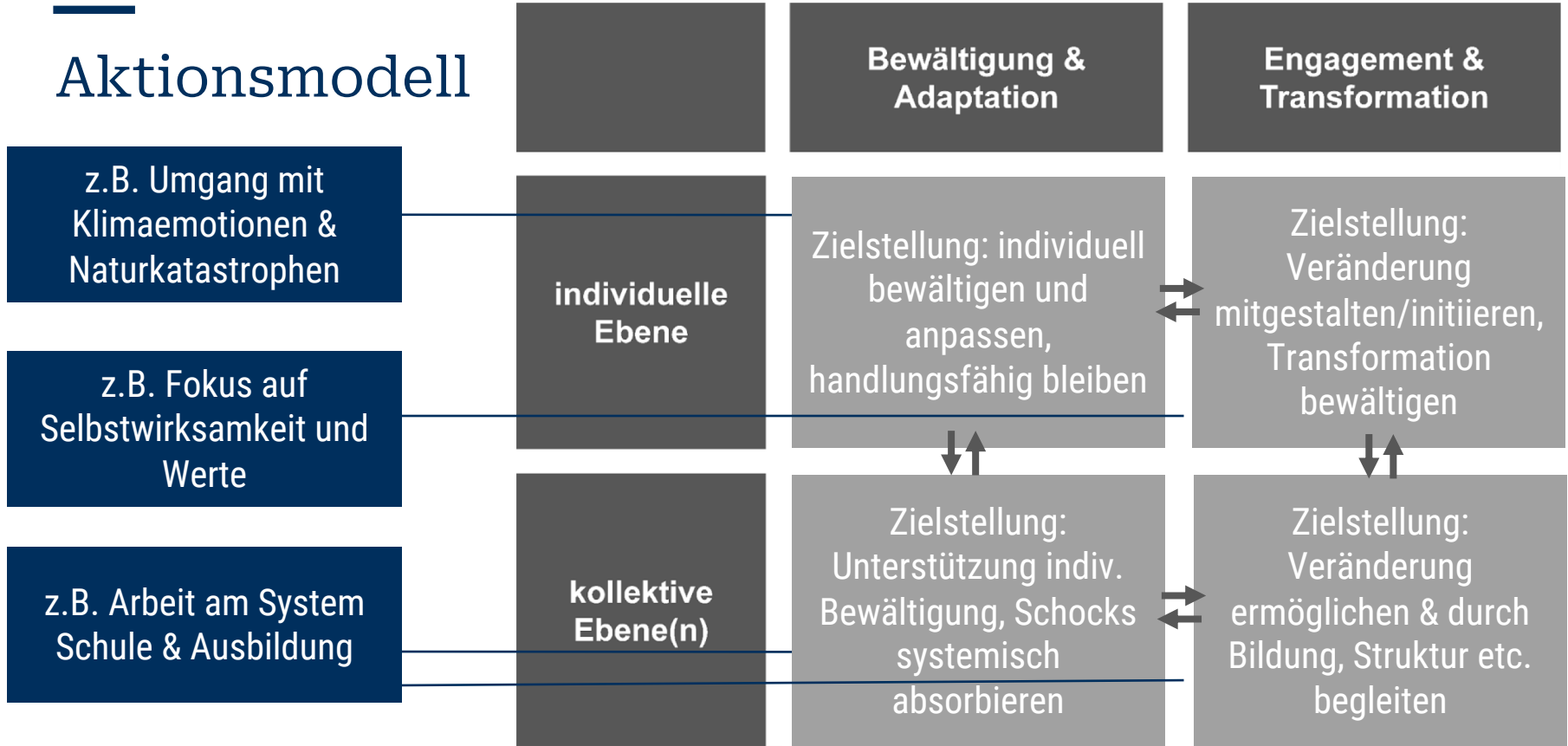
Aktionsmodell



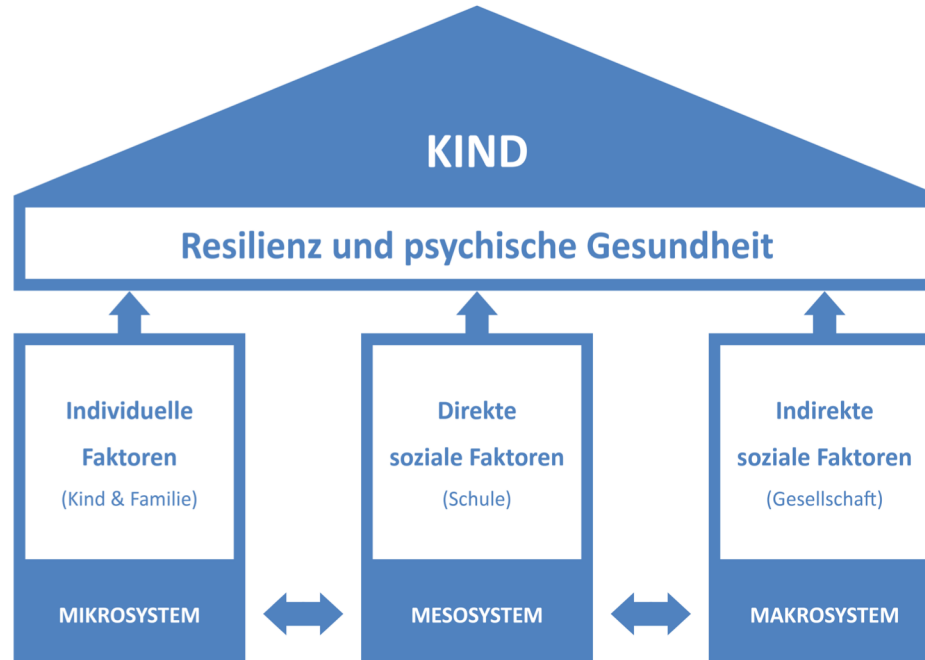
Ein erweitertes Denkmodell



Aktionsmodell



Aufgabe: Ein Resilienzhaus bauen!



Klimakrise

**Gesundheits-
krise**



**Klima- und
Umweltschutz**

**= Selbst- und
Bevölkerungsschutz**

Befunde Klimaschutz und Gesundheit



Was genau ist hier Klimaschutz (im weitesten Sinne)?

- Grünflächen
- Soziale Sicherheit
- Urbanisierung/Bevölkerungsdichte
- (Luft)Verschmutzung



Befunde Klimaschutz und Gesundheit



- Studienlage: 😞
- Neg. Zusammenhang Grünflächen und Depression
- Positiver Zusammenhang Urbanisierung und Depression
- Positiver Effekt auf depressive Stimmung durch Zeit in der Natur



Vorsicht: hängt zusammen mit vielen anderen sozioökonomischen Faktoren! Keine Daten zu Kindern!

Bewältigungsstrategien

- **Individuell**

- **emotionsfokussierte Bewältigung:** “Das Problem ist bestimmt übertrieben.” → unangenehme emotionale Reaktion auflösen/abwenden
- **problemfokussierte Bewältigung:** “Ich denke darüber nach, was ich selbst tun kann.” → das Problem aktiv lösen
- **sinnfokussierte Bewältigung:** “Auch wenn es ein großes Problem ist, muss man zuversichtlich sein.” → sinnstiftendes Verhalten

- **Gemeinsam**

- **Soziale Unterstützung:** sich zuhören und zusammen in Aktion kommen



Ganz konkret: Ins Handeln kommen!

Erwachsene individuell

- **Raum für Sorgen** und Gefühle in Bezug auf die Klimakrise schaffen, Gefühle bestätigen
- Neben negativen **auch positive Informationen** vermitteln
- Kinder und Jugendliche **ermutigen** aktiv zu werden
- Erwachsene müssen **aktiv werden!** → Als Erwachsene **Verantwortung übernehmen** und in der Klimakrise handeln; sie sollte nicht allein der Jugend überlassen werden.

Gesellschaft

- **niederschwellige psychische Gesundheitsversorgung**
- Überwachung und Beobachtung der **öffentlichen Gesundheit**
- Umweltschutz
- **Sozialer Zusammenhalt** und öffentliche Gesundheit durch Gemeinschaftsgestaltung → **Partizipation**

Ganz konkret: Ins Handeln kommen!

Kinder unterstützen in Krisen

- Sprechen Sie mit Kindern, wenn und wann sich das Thema anbietet
- Schauen Sie sensibel darauf, wie Kinder reagieren
- Sprechen Sie über Ihre eigenen Ängste und Sorgen – aber mit anderen Erwachsenen
- Übernehmen Sie Verantwortung
- Zeigen Sie Kindern, was Sie gemeinsam mit ihnen tun können → Gesellschaftliches Engagement

Ganz konkret: Ins Handeln kommen!

In der Therapie

- Das Thema individuumorientiert **altersangemessen (!) anbieten** → erlauben, ohne aufzudrängen
- **Verantwortung für Klimakrise selbst bei Erwachsenen** lassen
- **Inhaltliche Strategien**
 - Emotionsregulation: Achtsamkeit, Akzeptanz
 - Grübelfreie Zeiten einrichten
 - Wertorientiert arbeiten



Bislang keine
(evidenzbasierten und
altersspezifischen) Ansätze!



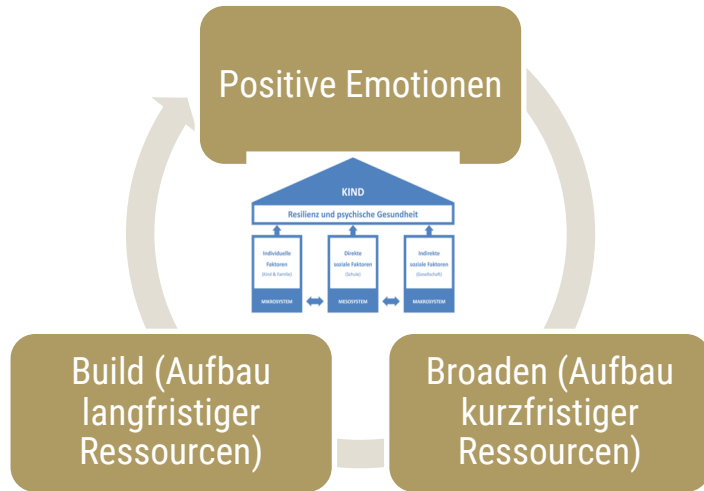
Zusammenfassung III

- **(Psychischer) Gesundheitsschutz** funktioniert auf verschiedenen Ebenen: **individuell, interpersonell, gesellschaftlich.**
- **Gesellschaftliches Handeln** ist ein doppeltes Vergnügen: steigert **Selbstwirksamkeit** und bringt **Veränderung in der Gesellschaft**



Reflexion: Wo erleben Sie positive Auswirkungen von Klimaschutz?

Der Handabdruck in der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen



- **Thema** aufgreifen und damit als „**erlaubt**“ setzen
- **Politisches Handeln bei Erwachsenen** lassen
→ entlasten
- Kinder und Jugendliche hinsichtlich **Handlungsbedarf validieren**
- **Gemeinsam ins Handeln** kommen

Literaturempfehlungen, zum Beispiel:



Die Klimakrise im Kinderzimmer. Fünf Ratschläge, wie Eltern mit ihren Kindern übers Klima sprechen können

Die Klimakrise beschäftigt Kinder und Jugendliche, auch weil sie viel stärker und länger als die Erwachsenen mit den Folgen konfrontiert sind. Natürlich wollen sie mit ihren Eltern darüber reden – doch die sind oft unsicher. In einem Gastbeitrag geben die Psychologinnen Katharina van Bronswijk und Julia Asbrand einige Tipps



Für Eltern:



Für Lehrkräfte:





- **Klimakrise = (psychische) Gesundheitskrise, v.a. für Kinder und Jugendliche**
- Klimaschutz hat Potenzial für **Gesundheitsschutz auf allen Ebenen**
- **Resilienz als gesellschaftliche Aufgabe**
- **Klimaschutz = Kinderschutz = Gesundheitsschutz**

Kontakt: julia.asbrand@uni-jena.de

<https://www.kinderprojekte-psychologie.de/>



Instagram für Jugendliche: <https://www.instagram.com/psycho.logisch.berlin/>