



# Barn och unga upplever klimatoro

Barn och unga känner oro, ångest, rädsla, ilska eller förtvivlan inför klimatförändringen. Dessa känslor förknippas med hopplöshet och förnekelse, men också med handling och engagemang. Att känna mening med livet och ha tillit till tekniska framsteg är exempel på faktorer som förknippas med ökat hopp. Det framgår av en kartläggande litteraturoversikt om hur barn och unga, huvudsakligen i höginkomstländer, känner inför klimatförändringen.

## Faktaruta 1. Begreppet "eco-anxiety"

Det saknas en enhetlig definition av begreppet "eco-anxiety", enligt forskarna. "Eco-anxiety" omfattar betydande oro för planetens tillstånd på grund av till exempel miljöförstöring och klimatförändring.

Vi har här använt översättningen klimatoro. Andra internationella begrepp är "climate anxiety" och "environmental grief".

Litteraturoversikten av Léger-Goodes och medarbetare visar att barn och unga uppger att de känner oro, ångest, rädsla, ilska eller förtvivlan inför klimatförändringen och dess konsekvenser. De uppger oro, för både den egna framtiden och andra som redan upplever effekter av klimatförändringen, och ilska över att den egna generationen måste hantera klimatproblemet. Exempel på faktorer som förknippas med oro är upplevelser av bristande möjligheter att agera och att vuxna och beslutsfattare agerar otillräckligt.

## Oron möts med både förnekelse och hopp

Ett sätt att hantera klimatoro är enligt litteraturoversikten emotionell distansering, alltså att tona ned, förneka eller ta avstånd från problemet. Å andra sidan tyder resultaten också på att medvetenhet och oro kan förknippas med hopp, handling och engagemang. Faktorer som forskarna relaterar till hopp är bland annat att känna mening med livet, ha tillit till tekniska framsteg och ha positiva bilder av framtiden.

## Flera aktörer i samhället behöver agera

Utifrån de enskilda studierna reflekterar författarna kring hur aktörer på flera nivåer i samhället kan bidra till att stärka barns och ungas psykiska hälsa i tider av klimatförändring. De ger olika förslag riktade till föräldrar, lärare och ansvariga för skolsystemet, liksom till hälso- och sjukvårdspersonal, beslutsfattare, forskare och allmänheten. Exempelvis kan vuxna och beslutsfattare tydligt visa att de har ansvar för att hantera klimatkrisen och aktivt agera för att bidra till lösningar, samt göra barn och unga delaktiga.

Ett annat exempel är att man inom skolan behöver arbeta med att öka barns och ungas kunskap om miljö- och klimatförändring, inte enbart genom att ge fakta utan också genom att fokusera på lösningar. Barn och unga bör få verktyg och färdigheter för att förstå och tänka kritiskt kring policy och agerande som rör miljön. Diskussionen behöver vara lösningsfokuserad för att ge barn och unga en känsla av hopp.

Forskarna framhåller att förslagen i litteraturoversikten är preliminära och att mer forskning behövs.

## Faktaruta 2. Metod för litteraturoversikten

- Den kartläggande litteraturoversikten inkluderade totalt 18 studier, huvudsakligen enkätundersökningar och intervjuer med frågor om barns och ungas uppfattningar om hur klimatförändringen påverkar deras psykiska hälsa.
- Studierna är genomförda i ett begränsat antal länder, de flesta i USA (9) men även i Sverige (3), Australien (1), Finland (1), England (1), Kanada/Australien (1), Kanada/Taiwan (1) och en i flera länder.
- Materialet omfattar minst 14 000 barn och unga, de flesta 11–18 år. Fem av studierna uppgav varken antal deltagare eller ålder.
- Studierna är publicerade 2002–2021, med olika studie-design (kvantitativ och kvalitativ) och är av olika publikationstyp (originalartiklar, litteraturoversikter och grå litteratur). De har inte kvalitetsgranskats.
- Resultaten har sammanställts genom innehållsanalys och deskriptiv analys.

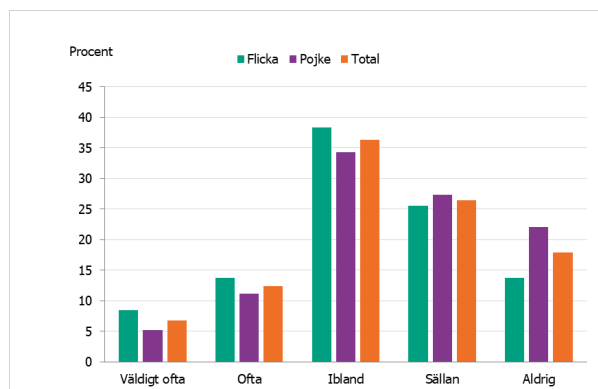
## Folkhälsomyndigheten kommenterar

Här kommenterar Folkhälsomyndigheten resultaten från Léger-Goodes och medarbetares litteraturöversikt om klimatoro bland unga. Vi lyfter hur barn och unga i Sverige rapporterar om oro för klimatförändringen och hur Världshälsoorganisationen och Europeiska miljöbyrån redogör för klimatoro hos unga och vad olika aktörer kan göra.

## Mer oro bland flickor och i storstäder

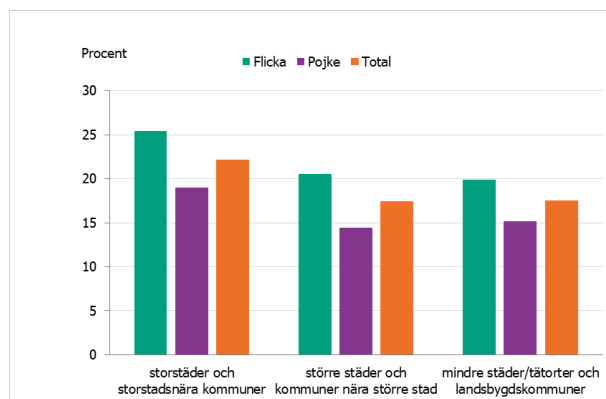
I Folkhälsomyndighetens Miljöhälsorapport 2021 (2) uppgav 22 procent av flickorna och 16 procent av pojkarna i åldern 12 år att de väldigt ofta eller ofta oroar sig för klimatförändringen (figur 1).

**Figur 1. Oro för klimatet bland barn, år 2019.** Andel (procent) 12-åringar som känner oro för att klimatförändringen kan komma att påverka deras liv, uppdelat på flickor och pojkar (2).



Var man bor har betydelse för graden av oro hos barn i åldern 12 år (2). 22 procent av barnen bosatta i storstäder och storstadnära kommuner uppger att de känner oro för klimatförändringen väldigt ofta eller ofta, jämfört med 17–18 procent bland de som bor i övriga delar av landet (figur 2).

**Figur 2. Oro för klimatet utifrån kön och kommungrupp, år 2019.** Andel (procent) 12-åringar med klimatoro väldigt ofta eller ofta, uppdelat på flickor och pojkar samt kommungrupper.



Miljöhälsorapporten visar att barns oro skiljer sig åt beroende på vårdnadshavarnas utbildningsnivå (2). De som oftast uppger oro är flickor vars vårdnadshavare har högskoleutbildning (24 procent).

Även ideella organisationer som Våra barns klimat har undersökt hur barn och unga ser på klimatförändringen. I en undersökning från 2021 (3) svarar 54 procent av barn i åldern 12–18 år att de är mycket eller ganska oroliga för vad som kommer att hända med klimatet och miljön i framtiden. Bland dessa unga pratar 59 procent med en förälder eller en annan vuxen i hemmet om sin oro. I samma undersökning svarar 82 procent av barn i åldern 12–18 år att de tycker att det är mycket eller ganska viktigt att skolan undervisar om klimat och miljö. Vidare uppger 64 procent att de absolut eller till viss del känner att de kan vara med och påverka klimatet och miljöns framtid.

## Oron påverkar människors psykiska hälsa

Världshälsoorganisationen (WHO) och Europeiska miljöbyrån (European Environment Agency, EEA) uppmärksammar klimatoro som en komponent i klimatförändringens påverkan på människors psykiska hälsa (4, 5). Andra komponenter är direkta följder (t.ex. extrema väderhändelser) eller indirekta följder (t.ex. konsekvenser på ekonomi och infrastruktur).

I likhet med litteraturöversikten av Léger-Goodes och medarbetare, uppger WHO och EEA att unga uttrycker olika känslor inför ett förändrat klimat, såsom rädsla, förtvivlan, hjälplöshet och sorg. Vidare framgår att flera begrepp används för att beskriva dessa känslor, till exempel ”solastalgia”, ”ecological grief” och ”environmental distress”.

## Förslag på insatser för att stärka den psykiska hälsan

WHO och EEA ger förslag på insatser för att stärka den psykiska hälsan hos befolkningen, inte enbart barn och unga, i tider av klimatförändring. Till exempel att mer explicit integrera påverkan på människors psykiska hälsa, inklusive klimatoro, i globala och nationella strategier om klimatförändringen. Det behövs även ett större anslag till forskning om olika aspekter av klimatförändringens påverkan på människors psykiska hälsa och vilka insatser som behövs (4, 5). Ytterligare förslag är att stärka hälso- och sjukvården att vara förberedd på att kunna ta emot fler personer som är påverkade av klimatförändringen, till exempel genom klimatoro (5).

Dessa insatser knyter an till förslagen i litteraturoversikten av Léger-Goodes och medarbetare, att flera aktörer i samhället behöver bidra för att stärka barns och ungas psykiska hälsa i tider av klimatförändring.

## Målgrupp

Faktabladet riktar sig till tjänstepersoner och beslutsfattare som arbetar med barns och ungas psykiska hälsa på nationell, regional och lokal nivå.

## Referenser

1. Léger-Goodes T, Malboeuf-Hurtubise C, Mastine T, Gagné M, Paradis P, Camden C. Eco-anxiety in children: A scoping review of the mental health impacts of the awareness of climate change. *Front Psychol*. [Internet] 2022;13:872544. Hämtad från: DOI: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2022.872544/full>
2. Folkhälsomyndigheten. Miljöhälsorapport 2021 – Barns miljörelaterade hälsa [Internet]. 2021. 20010. Hämtad från: <https://www.folkhalsomyndigheten.se/publikationer-och-material/publikationsarkiv/m/miljohalsorapport-2021/?pub=88328>
3. Våra barns klimat och Novus. Barn och unga om klimatet [Internet]. 2021. Hämtad från: [https://varabarnsklimat.se/wp-content/uploads/2021/12/Novusrapport-17632\\_Barn-och-unga-om-kli-matet-2021\\_211101.pdf](https://varabarnsklimat.se/wp-content/uploads/2021/12/Novusrapport-17632_Barn-och-unga-om-kli-matet-2021_211101.pdf)
4. WHO. Mental health and climate change: Policy Brief [Internet]. Hämtad från: <https://www.who.int/publications/item/9789240045125>
5. European environment agency EEA. Climate change impacts on mental health in Europe. An overview of evidence [Internet]. 2022. Hämtad från: [https://climate-adapt.eea.europa.eu/en/observatory/evidence/health-effects/mental-health-effects/european\\_climate\\_health\\_observatory\\_mental-health\\_evidence\\_review\\_2022.pdf](https://climate-adapt.eea.europa.eu/en/observatory/evidence/health-effects/mental-health-effects/european_climate_health_observatory_mental-health_evidence_review_2022.pdf)