

Klimaatstress bij Jongeren

Wat Zien Jeugdprofessionals?

Marian Zandbergen¹

¹*Kenniscentrum Maatschappij en Recht, Hogeschool van Amsterdam, Amsterdam, Nederland*

Samenvatting Uit verschillende onderzoeken blijkt dat klimaatverandering mentale impact heeft op veel jongeren. Gezien de relatieve nieuwheid van klimaatverandering als opvoed- en opgroeithema is het belangrijk te verkennen wat jeugdprofessionals zien aan klimaatstress en andere reacties van jongeren op hun groeiende besef daarvan. Dat blijkt sterk uiteen te lopen, maar zorgen en stress over klimaatverandering komen op veel plekken nog weinig ter sprake. Verklaringen daarvoor worden gezocht in persoonlijke en situationele complicerende elementen. Deze dragen volgens jeugdprofessionals bij aan het verschil tussen ervaringen van jongeren en dat wat jeugdprofessionals daarvan zien en bespreken. Bewustwording en ondersteuning van jeugdprofessionals kan bijdragen aan betere ondersteuning van de impact van klimaatverandering op jongeren.

Trefwoorden klimaatverandering, mentale gezondheid, jongeren, jeugdprofessionals, jeugdhulp, welzijn, klimaatstress

Artikelgeschiedenis

Ontvangen: 13 september 2024

Geaccepteerd: 19 februari 2025

Online: 18 maart 2025

Contactpersoon

Marian Zandbergen, a.m.zandbergen@hva.nl

Copyright

© Author(s); licensed under Creative Commons Attribution 4.0. This allows for unrestricted use, as long as the author(s) and source are credited.

Financiering Onderzoek

Het onderzoek waar in deze bijdrage naar verwezen wordt is financieel mede mogelijk gemaakt door de Kenniswerkplaats Transformatie Jeugd Amsterdam-Amstelland (KeTJAA)

Belangen

De auteur heeft geen belangen te vermelden

1 Introductie

Voor jongeren is klimaatverandering hun hele jonge leven een veelbesproken onderwerp. Voor een deel van hen lijkt het onderwerp ook een mentale last. Onderzoek naar *eco-anxiety* – het ervaren van intense emoties zoals je zorgen maken, schuldgevoel en hopeloosheid bij anticipatie van klimaatverandering – laat zien dat kinderen en jongeren, in reactie op hun groeiende besef van klimaatverandering, negatieve affectieve reacties laten zien (zie bijvoorbeeld Léger-Goodes et al., 2022). Internationaal onderzoek van Hickman et al. (2021) laat zien dat, van de 10.000 jongeren (16–25 jaar) uit 10 verschillende landen verspreid over de wereld, 59% zich ernstig of in extreme mate zorgen maakt over klimaatverandering. Ruim 50% van de jongeren ervaart emoties als verdriet, gespannenheid, boosheid, machteloosheid, hulpeloosheid en schuldgevoel. Meer dan 45% van de jongeren geeft aan dat dit hun dagelijkse leven negatief beïnvloedt en 75% van de jongeren vindt de toekomst beangstigend. De onderzoekers concluderen dat *climate anxiety* wijdverspreid is onder kinderen en jongeren. Zij zien

grote urgentie in verder onderzoek naar de emotionele impact die klimaatverandering op hen heeft.

Ook Nederlandse studies wijzen op dit beeld. Zo heeft Ipsos (2023) in opdracht van Milieudefensie onderzoek uitgevoerd onder 1.000 jongeren tussen de 16 en 30 jaar, een representatieve afspiegeling van de bevolking in geslacht, leeftijd, regio en opleiding. Hieruit blijkt dat 70% van de jongeren zich zorgen maakt over het klimaat en dat 1 op de 5 jongeren regelmatig tot vaak klimaatstress ervaart. De helft van de jongeren ervaart door de klimaatcrisis regelmatig tot vaak gevoelens als moedeloosheid, boosheid, angst en verdriet. Driekwart van de jongeren voelt zich machteloos ten opzichte van de klimaatcrisis en twee derde van de jongeren heeft weinig tot heel weinig vertrouwen in de politiek. De Kinderombudsman (2022) zegt hierover na eigen onderzoek: *'Kinderen en jongeren krijgen mee dat volwassenen, op wie zij dachten te kunnen vertrouwen, het niet meer weten. Dat heeft een enorme impact op hun ervaren gevoel van veiligheid.'*

Gezien het aantal jongeren dat mentale last ervaart van klimaatverandering, lijkt het belangrijk te verkennen welke rol jeugdprofessionals in onderwijs, zorg en welzijn spelen in het ondersteunen van jongeren bij het omgaan daarmee. Kloppen jongeren met hun klimaatgerelateerde zorgen en gevoelens bij hen aan? In een verkennend onderzoek van de Hogeschool van Amsterdam (Zandbergen, 2025) is het fenomeen *eco-anxiety* en andere klimaatgerelateerde impact op jongeren verkend, mede vanuit het perspectief van jeugdprofessionals.

Voor dit verkennend onderzoek zijn 11 interviews afgenomen met 14 docenten (N=6), GZ-psychologen (N=6) en andere jeugdprofessionals in onderwijs en jeugdhulp (N=2), en professionals die zich vanuit een andere rol bezighouden met het klimaat en toekomstige generaties (N=2). Van 5 jeugdprofessionals zijn schriftelijke reacties gedocumenteerd. Met 8 jeugdprofessionals zijn informele gesprekken gevoerd.

Via deze bijdrage willen we enkele uitkomsten van dit onderzoek delen, in de hoop dat zij bijdragen aan begrip en nadere verkenning van de impact van klimaatverandering op jongeren. Uitspraken in deze bijdrage moeten worden gewogen binnen de context van de verkennende aard van dit onderzoek: ze bieden hopelijk nieuwe inzichten, maar vereisen diepgaander onderzoek. Het volledige rapport van dit onderzoek inclusief gebruikte methoden is hier beschikbaar.

2 In Hoeveer Zien Jeugdprofessionals Zorgen en Stress over het Klimaat bij Jongeren?

Professionals in de jeugdhulp merken dat klimaatverandering zelden wordt besproken in hun werk met jongeren. Andere zorgen en problemen staan in behandeling en begeleiding centraal. Hoewel sommige jongeren zich zorgen maken over de toekomst, wordt deze zorg niet gekoppeld aan het klimaat. Maatschappelijke kwesties, zoals oorlogen of criminaliteit, komen aan bod wanneer ze directe invloed op jongeren hebben. GZ-psychologen vermoeden dat de klimaatcrisis op emotioneel vlak in de toekomst een

grotere rol kan gaan spelen. Zij denken dat sommige jongeren, zoals hoogbegaafde jongeren, jongeren met autisme, ADHD of vroege traumatische ervaringen, gevoeliger zullen zijn voor klimaatstress. Door kenmerken als hoge intelligentie of sociale betrokkenheid kunnen zij sterker getriggerd worden door kwesties als klimaatverandering.

In het jongerenwerk worden andere stressfactoren, zoals sociale media, armoede, eenzaamheid en middelengebruik, als urgenter ervaren. Klimaatverandering lijkt geen onderwerp in gesprekken met jongeren.

In het onderwijs (vo en mbo) is er een wisselend beeld. Sommige jongeren zijn zich sterk bewust van klimaatverandering, maken zich zorgen en laten somberheid en andere emotionele reacties zien, maar op andere jongeren lijkt klimaatverandering weinig impact te hebben. In vwo-klassen wordt klimaatverandering volgens jeugdprofessionals meer besproken dan in mavo-klassen, waar andere zorgen als armoede of discriminatie een grotere rol spelen. Ook op het mbo is het onderwerp volgens professionals minder prominent aanwezig vanwege de jongere leeftijd van de studenten en de grotere druk van andere problemen. Er wordt opgemerkt dat klimaatverandering soms als 'elitaire zorg' wordt gezien, omdat jongeren uit gezinnen met minder inkomen vaak niet de middelen hebben om actief bij te dragen aan oplossingen (bijvoorbeeld door het kopen van duurzamere producten). Echter, op scholen met veel leerlingen uit gezinnen met meer inkomen, waar thuis mogelijk meer over het klimaat gesproken wordt, zien professionals niet automatisch dat het onderwerp meer besproken wordt door de leerlingen.

In relatie tot mentaal welzijn wordt klimaatverandering ook in het onderwijs vaak niet besproken. De aandacht gaat uit naar schoolprestaties, sociale druk en onzekerheid over de toekomst. Docenten merken wel dat het onderwerp sterke reacties oproept wanneer zij het behandelen.

Ook privé zien professionals sterke reacties van jongeren op klimaatverandering. Sommige jongeren, zoals kinderen van professionals, zijn erg bezorgd over klimaatverandering.

3 Wat Zien volgens Jeugdprofessionals Andere Zichtbare Reacties van Jongeren in Reactie op Klimaatverandering?

De interesse van jongeren in klimaatverandering blijkt uit hun keuze voor klimaatgerelateerde onderwerpen in opdrachten en profielwerkstukken. Ze voelen de urgentie van het probleem en vinden dat er actie moet worden ondernomen, vooral door de overheid. Tegelijkertijd hebben ze in die overheid weinig vertrouwen.

Het bespreken van klimaatverandering roept bij sommige jongeren spanning op. Ze vinden het moeilijk hun mening te delen, vooral als ze weinig kennis hebben of bang zijn voor afwijzing of moeilijke vragen. Vragen zoals 'Wat is waar?' en 'Wie heeft belang bij deze informatie?' spelen een rol in deze onzekerheid.

Sommige jongeren tonen een gelaten houding, waarbij ze denken dat 'Er toch niets meer aan te doen is'. Dit geldt niet alleen voor klimaatverandering, maar voor bredere zorgen over de maatschappij. Sommige jongeren geven aan zich daar somber of depressief over te voelen. Positieve voorbeelden, zoals verhalen over andere jongeren die actief opkomen voor hun rechten, leveren bij jongeren hoopvolle reacties op.

Sommige professionals zien dat jongeren geloven dat ze weinig invloed kunnen uitoefenen op de toekomst, wat hen kan demotiveren. Sommige jongeren stellen zich de vraag waarom school belangrijk is 'als de wereld toch ten onder gaat' en hebben het gevoel zich alleen nog met de aanpak van klimaatverandering bezig te moeten houden. Er zijn ook jongeren die zich bewust zijn van hun mogelijke rol en die hun zorgen delen met volwassenen, zoals schoolbesturen, om gezamenlijk actie te ondernemen.

Kortom, jongeren lijken zich bewust zijn van de urgentie van klimaatverandering. Dit gaat gepaard met onzekerheid, spanning en soms gelatenheid. Volgens jeugdprofessionals kunnen deze gevoelens hun mentale welzijn beïnvloeden.

4 Wat Zijn Mogelijke Verklaringen voor het Verschil tussen Cijfers over Jongeren met Klimaatstress, en Wat Jeugdprofessionals in Hun Praktijk Zien?

Veel professionals in onderwijs en jeugdhulp hebben de indruk dat collega's niet goed doorhebben hoeveel jongeren zich zorgen maken over klimaatverandering. Ze denken vaak dat jongeren niet bezig zijn met het onderwerp, maar de werkelijkheid is volgens hen dat jongeren het gevoel hebben dat volwassenen het niet serieus nemen. Volgens GZ-psychologen zou het openen van het gesprek een beter beeld opleveren van de zorgen die jongeren ervaren.

Veel jongeren vinden het moeilijk om zich uit te spreken over klimaatverandering, vooral als ze hierover geen duidelijke mening of weinig kennis hebben. Ze zijn bang voor afwijzing of lastige vragen. Eerdergenoemd onderzoek van Hickman et al. (2021) naar klimaatgerelateerde stress laat zien dat veel jongeren zich zorgen maken, maar wanneer ze proberen hierover te praten, vaak genegeerd of afgewezen worden.

Ook jeugdprofessionals vinden het lastig om het gesprek over klimaatverandering aan te gaan. Sommigen voelen zich niet voldoende voorbereid of zijn bang om zich uit te spreken over een gevoelig onderwerp. Ze vinden het een politiek en beladen thema, wat hen weerhoudt om erop in te spelen. Veel professionals geven aan zelf last te hebben van klimaatzorgen. Zowel in het onderwijs als de jeugdhulp wordt benoemd dat jeugdprofessionals zelf onder de indruk kunnen zijn en worstelen met hoe ze zich tot het onderwerp kunnen verhouden. Enkele docenten ervaren daarnaast dat leerlingen de politieke opvattingen van docenten in politieke discussies bspotten, wat hen kwetsbaar kan maken. Professionals erkennen dat er een gebrek aan kennis is over hoe ze met dit onderwerp kunnen omgaan. Er is behoefte aan meer kennis en training om jongeren te ondersteunen.

Professionals merken op dat het onderwerp in veel gevallen niet ter sprake komt, omdat er onvoldoende bewustzijn of ruimte is om erover te praten. Als jongeren actief betrokken zijn bij projecten, merken docenten pas tijdens zo'n samenwerking met studenten hoe het onderwerp leeft bij jongeren. Dit laat zien wat de waarde is van gesprekken waarin jongeren de gelegenheid krijgen zich over het onderwerp te uiten.

Professionals merken daarbij op dat jongeren de juiste toon en overtuiging hebben om anderen mee te nemen in het gesprek over klimaatverandering, maar volwassenen zijn volgens hen vaak niet goed voorbereid om dit onderwerp op een betekenisvolle manier te adresseren.

5 Discussie

Klimaatverandering wordt door jeugdprofessionals beschouwd als relevant maar onderbelicht opvoed- en opgroeithema. Cijfers laten zien dat veel jongeren zich zorgen maken, klimaatstress en andere emoties ervaren, maar jeugdprofessionals lijken dat nog onvoldoende te zien en te bespreken. De gevoeligheid van het onderwerp wordt hiervoor als verklarende factor gezien. Als jeugdprofessionals terughoudend zijn in het bespreken van zorgen en stress rondom klimaatverandering, en jongeren zelf ook terughoudend lijken zich uit te spreken, kan een beeld ontstaan dat jongeren 'er niet mee bezig zijn'. Zo blijven de zorgen en stress van jongeren onbesproken.

Professionals zien een intergenerationele verantwoordelijkheid om dat te veranderen: Jongeren gaan in hun leven veel merken van de gevolgen van klimaatverandering en krijgen een sleutelrol toebedeeld in het oplossen van een crisis die is veroorzaakt door generaties die hen voorgingen. Jeugdprofessionals maken zich zorgen over het gebrek aan vertrouwen onder jongeren, in de overheid, in de toekomst, en denken dat volwassenen in de samenleving daar te weinig oog voor hebben. Hiermee versterken we de onrechtvaardigheid van de impact van klimaatverandering op jonge generaties.

Het is belangrijk om het gevoel dat de zorgen van jongeren over het klimaat niet serieus genomen worden, dat jongeren worden genegeerd als ze er over willen praten, weg te nemen. Om dit te bereiken is het nodig om de bewustwording te vergroten, en professionals te voorzien van kennis en tools. Ook is het belangrijk te kijken, gezien de gevoeligheid van het onderwerp, op welke manier klimaatstress onder jongeren het beste besproken (en onderzocht) kan worden. Zorgen en stress over het klimaat moeten niet worden benaderd als iets pathologisch, maar als een normale reactie op een grote en spannende onzekerheid. Het moet normaler worden om te praten over wat dit met jongeren doet. Laat jongeren vooral zelf aan hun docenten en hulpverleners vertellen hoe de wereld van nu hen beïnvloedt. Het helpt als jongeren weten hoeveel leeftijdsgenoten en volwassenen, hun zorgen delen.

Gezien de druk in de betrokken vakgebieden zal het voor jeugdprofessionals uitdagend zijn dit thema te integreren. Op plekken waar jongeren ondersteuning vinden lijkt

een groter contextueel onderwerp als de impact van klimaatverandering niet logisch in te passen. Het onderwerp is macro, complex, abstract, onzeker en wordt daarmee gemakkelijk van niemand of van de ander. Het thema zal onvermijdelijk in relevantie en urgentie gaan toenemen. Dat creëert een puzzel die ondanks ingewikkeldheden, in het belang van het welzijn van de opgroeiende generatie gelegd moet worden.

Professionals die aan dit verkennend onderzoek hebben bijgedragen willen jongeren vooral laten weten dat ze er niet alleen voor staan. Zij achten het van belang te kijken naar wat het van jongeren vraagt om zich te verhouden tot de realiteit van vandaag de dag: Omgaan met een hele grote maatschappelijke onzekerheid.

Literatuur

- Hickman, C., Marks, E., Pihkala, P., Clayton, S., Lewandowski, R.E., Mayall, E.E., ... & 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), e863–e873.
- Ipsos. (2023). *Grotere klimaatzorgen voor de generatie van morgen. Rapport voor Milieudefensie Jong* (Nr. 22087361). Geraadpleegd op 11 maart 2024, van https://milieudefensie.nl/actueel/22087361_milieudefensiejong_ipsos_v2-0.pdf.
- Kinderombudsman. (2022). *Als je het ons vraagt. Onderzoek naar het welzijn van kinderen in de Nederlandse provincies*. Geraadpleegd op 17 april 2023, van <https://www.kinderombudsman.nl/publicaties/rapport-als-je-het-ons-vraagt-2022>.
- 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.