

Vilniaus universitetas
Filosofijos fakultetas
Psichologijos institutas

Rokas Zemlickas

Psichologijos studijų programa
Magistro baigiamasis darbas

Su klimato kaita susijęs nerimas jaunų suaugusiųjų tarpe

Darbo vadovė: dr. Dovilė Šorytė

Vilnius
2023

TURINYS

SANTRAUKA.....	4
SUMMARY.....	5
SVARBIAUSIOS SAŲOKOS.....	6
PRATARMĖ.....	7
1. ĮVADAS.....	8
1.1. Klimato kaitos reiškinių poveikis žmonių psichikos sveikatai.....	8
1.2. Klimato kaitos nerimo konstrukto samprata.....	11
1.3. Klimato kaitos nerimo įtaka psichikos sveikatai.....	15
1.4. Klimato kaitos nerimo patyrimas jaunų suaugusiųjų tarpe.....	17
1.5. Klimato kaitos nerimas Lietuvos kontekste.....	19
1.6. Darbo naujumas ir aktualumas.....	20
1.7. Tyrimo tikslas ir klausimai.....	21
2. KOKYBINIO TYRIMO METODIKA.....	22
2.1. Teorinis tyrimo pagrindas.....	22
2.2. Tyrimo dalyviai.....	23
2.3. Instrumentai ir tyrimo eiga.....	24
2.4. Duomenų analizė.....	26
3. REZULTATAI IR JŲ APTARIMAS.....	29
3. 1. Klimato kaitos reiškinių įsisąmoninimas.....	30
3. 1. 1. Klimato kaitos kaip problemos vertinimas.....	30
3. 1. 2. Neigiami klimato kaitos padariniai.....	31
3. 1. 3. Nenatūralios klimato kaitą sukeliančios priežastys.....	32
3. 2. Neigiami jausmai klimato kaitos atžvilgiu.....	33
3. 2. 1. Nerimas.....	33
3. 2. 2. Neviltis ir baimė.....	34
3. 2. 3. Pyktis.....	36
3. 3. Taikomos įveikos reaguojant į klimato kaitą.....	37
3. 4. Pesimistiškas klimato kaitos perspektyvos matymas.....	38

3. 5. Rezultatų apibendrinimas.....	39
3. 5. 1. Tyrimo ribotumai ir rekomendacijos tolimesniems tyrimams.....	42
REKOMENDACIJOS.....	43
IŠVADOS.....	45
LITERATŪROS SĄRAŠAS	46
PRIEDAI.....	61
1 Priedas. Kvietimas dalyvauti tyrime.....	61
2 Priedas. Informuoto sutikimo forma.....	62

SANTRAUKA

Su klimato kaita susijęs nerimas jaunų suaugusiųjų tarpe

Rokas Zemlickas, Vilniaus universitetas, 2023, 62 p.

Klimato kaita yra laikoma didžiausiu 21 amžiaus iššūkiu. Ji kelia didelę grėsmę ne tik fizinei, bet ir psichikos sveikatai. Klimato kaitos ir psichikos sveikatos kontekste yra pastebima, kad nerimas dėl klimato kaitos pasireiškia vis didesnėje žmonių, kurie tiesiogiai nesusiduria su neigiamais klimato kaitos padariniais, populiacijoje. Šio tyrimo tikslas – atskleisti jaunų suaugusiųjų nerimo dėl klimato kaitos patyrimą. Kokybiniam tyrimui atlikti buvo remiamasi A. Giorgi fenomenologinių tyrimų metodika. Tyrimo duomenims rinkti ir apdoroti buvo pasirinktas teminės analizės metodas pagal Braun ir Clark (2006). Iš viso tyrime dalyvavo 6 jauni suaugusieji nuo 18 iki 29 metų amžiaus (2 vyrai, 4 moterys). Buvo išskirtos 4 jaunų suaugusiųjų nerimo dėl klimato kaitos patyrimą apibūdinančios temos: a) klimato kaitos reiškinių sąmoningumas; b) neigiami jausmai klimato kaitos atžvilgiu; c) taikomos įveikos reaguojant į klimato kaitą; d) taikomos įveikos reaguojant į klimato kaitą; e) pesimistiškas klimato kaitos perspektyvos matymas. Pirmoji tema atsiskleidė per 3 potemes: klimato kaitos, kaip problemos vertinimas; neigiami klimato kaitos padariniai; nenatūralios klimato kaitą sukeliančios priežastys. Antroji tema taip pat atskleidė 3 potemes: nerimą; neviltį ir baimę; bei pyktį. Atskleistos temos atspindi unikalius ir kompleksiškus jaunų suaugusiųjų nerimo dėl klimato kaitos patyrimo požymius. Šio tyrimo rezultatai gali būti naudingi tolimesniems tyrimams apie klimato kaitos įtaką žmonių psichikos sveikatai.

Raktiniai žodžiai: jauni suaugusieji, nerimas dėl klimato kaitos, fenomenologinis tyrimas, teminė analizė.

SUMMARY

Climate change-related anxiety among young adults

Rokas Zemlickas, Vilniaus universitetas, 2023, 62 p.

Climate change is considered to be the greatest challenge of the 21st century. It poses a great threat not only to physical, but also to mental health. In the context of climate change and mental health, it is notable that anxiety of climate change is manifesting in a growing population of people who are not directly exposed to the negative effects of climate change. The purpose of this study is to reveal the experience of anxiety about climate change among young adults. A. Giorgi's phenomenological research methodology was used for this qualitative research. The method of thematic analysis by Braun and Clark (2006) was chosen to collect and analyze research data. In total, 6 young adults between the age of 18 and 29 (2 males, 4 females) participated in the study. 4 themes describing the experience of anxiety about climate change among young adults were distinguished: a) Awareness of the phenomenon of climate change; b) Negative feelings towards climate change; c) Relationship to climate change; d) applied coping strategies in response to climate change; e) a pessimistic view of the outlook for climate change. The first theme unfolded through 3 sub-themes: assessment of the climate change phenomenon as a problem; negative effects of climate change and unnatural causes of climate change. The second theme also revealed 3 subthemes: anxiety; despair; anger. The themes revealed reflect the unique and complex nature of young adults' experiences of anxiety about climate change. The results of this study may be useful for further research on the impact of climate change on people's mental health.

Keywords: young adults, climate change anxiety, phenomenological research, thematic analysis.

SVARBIAUSIOS SĄVOKOS

Jauni suaugusieji – šis tarpsnis apima laikotarpį nuo 18 iki 29 metų, kuris gali būti pavadintas besiformuojančio suaugusiojo periodu (Žukauskienė, 2012). Šiuo amžiaus tarpsniu daugelis žmonių susiduria su atsakomybės įgijimu, aplinkos pokyčiais, šeimos kūrimu, profesinio pasirinkimo sprendimais ir t.t (Fuligni & Pedersen, 2002; Žukauskienė, 2012). Tai svarbus gyvenimo laikotarpis, per kurį asmuo tampa vis labiau savarankiškas.

Klimato kaitos nerimas – tai žmonių reagavimas į klimato kaitos sukeltą žalą, destrukciją ar praradimus, kuris taip pat gali pasireikšti suvokiant šiuos padarinius kaip dar įvyksiančius ateityje (Ojala et. al., 2021). Šiam terminui apibūdinti bus naudojami sinonimai: nerimas dėl klimato kaitos; klimato nerimas ir klimato kaitos nerimas.

PRATARMĖ

Klimato kaita vyksta jau nuo pat žemės susikūrimo pradžios, tai reiškiny, kuris nusako ilgalaikius temperatūros ir oro sąlygų pokyčius. Didėjanti vidutinė temperatūra žemėje sukels dažnesnes ir intensyvesnes sausras, audras, karščio bangas ir dar daugybę kitų ekstremalių klimato reiškinių, taip pat infekcinių ligų plitimą, priverstinę migraciją bei įvairiausių kitų sunkumų (Burt, 2005; Watts, ir kt., 2019). Pasak tarpviešybės klimato kaitos komisijos (IPCC) raporto 2022, visuotinis atšilimas gali tiesiogiai pakenkti visai gyvūnijos ekosistemai, sunaikinti žmonių gyvenamąsias vietas ir sugriauti žmonių pragyvenimo šaltinius ir bendruomenes (Portner et. al., 2022). Klimato kaita yra vienas didžiausių mūsų laikų iššūkių, kuris, norime to ar ne, turės neigiamą įtaką visų žemėje gyvenančių žmonių gerovei. Nors ryšys tarp psichikos sveikatos ir klimato kaitos nėra toks akivaizdus, tačiau poveikis psichikos sveikatai yra vis labiau tyrinėjamas ir pastebimas (Berry et. al., 2010; Cianconi et. al., 2020; Morganstein & Ursano, 2020). Klimato kaita gali turėti didžiulį poveikį psichikos sveikatai, sukeldama potrauminio streso sutrikimus, depresiją ar kitus psichikos sutrikimus tiesioginį klimato kaitos poveikį patyrusiems žmonėms (Berry et. al., 2010; Hayes et. al., 2018; Cianconi et. al., 2020). Tačiau yra pastebimas ir netiesioginis klimato kaitos poveikis psichikos sveikatai, kuris gali pasireikšti padažnėjusiu nerimu, stresu ir kitais neigiamais jausmais, ypač jaunų suaugusiųjų tarpe (Albrecht, 2012; Pihkala, 2019; Clayton, 2020; Hwong et at., 2022). Didėjantis susirūpinimas klimato kaita darosi vis aktualesnis jaunų suaugusiųjų tarpe, todėl tyrimai, nagrinėjantys klimato kaitos nerimą, tampa vis aktualesni. Klimato kaitos nerimo tyrimai gali padėti geriau suprasti psichologinį klimato kaitos poveikį, o tai, savo ruožtu, padidinti supratimą apie būtinybę imtis skubių veiksmų, sprendžiant pasaulinę klimato krizės problemą. Šiame tyrime bus mėginama atskleisti jaunų suaugusiųjų nerimo dėl klimato kaitos patyrimą.

2. ĮVADAS

1. 1 Klimato kaitos reiškinio poveikis žmonių psichikos sveikatai

Pastaraisiais metais pateikiama vis daugiau įrodymų apie klimato kaitos poveikį žmonių psichikos sveikatai. Nors psichikos sveikata klimato kaitos kontekste yra dar ganėtinai nauja tyrimų sritis, pateikiama vis daugiau įrodymų, kad ekstremalūs orų reiškiniai, kurie kintant klimatui tampa vis dažnesni, intensyvesni ir sudėtingesni, gali sukelti įvairiausių psichikos sveikatos sutrikimų, tokių kaip depresija, potrauminis stresas, nerimo ar kiti psichikos sveikatos sutrikimai (Bourque, et. al., 2014; Willox, et. al., 2015; Hayes, et. al., 2018). Mokslinėje literatūroje yra išskiriami trys būdai, kaip klimato kaita gali paveikti psichikos sveikatą (Fritze et. al., 2008; Doherty & Clayton, 2011; Clayton et. al., 2017).

Pirma, gerai suprantama, kad ekstremalūs oro reiškiniai, tokie kaip sausros, potvyniai, karščio bangos ar miškų gaisrai gali neigiamai paveikti žmonių psichinę sveikatą tiesiogiai ar netiesiogiai klimato kaitą patyrusiems asmenims (North & Pfefferbaum, 2013). Ekstremalios orų sąlygos bei klimato pokyčiai gali sukelti padidėjusį psichologinį stresą bei įvairius psichikos sveikatos sutrikimus (Beaglehole ir kt., 2018; Hwong et. al., 2022). Tiesioginės psichosocialinės klimato kaitos pasekmės apima traumas, susijusias su ekstremaliais oro reiškiniais, pavyzdžiui, potvyniais, uraganais, miškų gaisrais ir karščio bangomis (Berry et al., 2010; Romanello et al., 2021; Hwong et al., 2022). Emocinis atsakas į šiuos įvykius gali sukelti sustiprėjusį ir padažnėjusį nerimą ar stresą bei tiesiogiai veikti žmonių psichikos sveikatą (Clayton, 2020). Pavyzdžiui, žmonės, gyvenantys vietovėse, kuriose gali kilti uraganų, gali jausti nerimą uraganų sezono metu. Žmonės, kurie yra pažeidžiami dėl socialinių ar ekonominių priežasčių, yra labiausiai paveikti klimato kaitos padarinių, o tai ypač jautriai veikia jų psichikos sveikatą. Remiantis tyrimų duomenimis, stichinių nelaimių poveikis gali sukelti potrauminio streso sutrikimą (PTSD), kuris gali turėti ilgalaikį poveikį psichinei sveikatai, o dėl besikeičiančio klimato ekstremalios orų sąlygos, iššaukiančios stichines nelaimes, tampa vis dažnesniu reiškiniumi žmonių gyvenimuose (McMillen et al., 2002; Obradovich et al., 2018; Castello et al., 2020; Romanello et al., 2021; Hwong et al., 2022). Taip pat pastebėta, kad didėjantis karštų dienų skaičius bei vidutinės oro drėgmės dienų skaičius per metus turi įtakos padidėjusiam

hospitalizuojamų žmonių skaičiui dėl nuotaikos ir elgesio sutrikimų, įskaitant šizofreniją, maniją ir neurotinius sutrikimus (Chand & Murphy, 2008; Hwong et al., 2022). Su karščiu susijęs psichinės sveikatos sergamumas dažniausiai pasireiškia žmonėms, turintiems problemų su kūno temperatūros termoreguliacija, psichikos sveikatos sutrikimais, vartojantiems receptinius vaistus bei asmenims, priklausomiems nuo narkotinių medžiagų (Cusack et al., 2011; Page et al., 2012; Hwong et al., 2022). Taigi, dažniausi sutrikimai, pasireiškiantys po stichinių nelaimių, yra išsivysčiusios priklausomybės nuo alkoholio ar narkotikų, potrauminio streso sutrikimas, obsesinis kompulsinis sutrikimas, nerimo ar depresijos sutrikimas.

Skirtingai nuo ekstremalių klimato kaitos įvykių, laipsniškų klimato kaitos pokyčių, tokių kaip temperatūros ir jūros lygio kilimas, kurie yra mažiau akivaizdūs ir netiesioginiai, taip pat turi poveikį žmonių psichikos sveikatai (Charlson, et. al., 2021). Maisto trūkumas, gėlo vandens trūkumas, gyvenamosios žemės praradimas, migracija, oro tarša yra veiksniai, kurie veikia žmonių psichikos sveikata netiesioginiu būdu (Clemens, et. at., 2020). Reguliarus maisto ir švaraus vandens prieinamumas yra būtina ne tik fizinės, bet ir psichinės sveikatos sąlyga (Owen & Corfe, 2017). Sveikam smegenų vystymuisi ir medžiagų apykaitai maistinės medžiagos, įskaitant vitaminus ir riebalų rūgštis, yra gyvybiškai reikalingos (Prado & Dewey, 2014; Lauritzen, et. al., 2016). Klimato kaitos pokyčiai gali smarkiai sumažinti klimato kaitos paveiktuose regionuose auginamų maisto produktų įvairovę, o tai – kelti grėsmę ne tik turimo maisto kiekiui, bet ir mitybos kokybei bei pakenkti psichinei sveikatai (Huang, et. al., 2019; Clemens, et. at., 2020). Dėl besikeičiančio klimato žmonės gali būti priversti palikti savo namus dėl įvairių veiksnių, susijusių su klimato kaita, tokių kaip kylantis jūros lygis, tirpstančių ledynų ar dykumėjimo, o tai, kaip žinoma, yra svarbus stresorius, veikiantis žmonių psichinę sveikatą (Mindlis & Boffetta, 2017; Cianconi et al., 2020). Tad matome, kad klimato kaitos poveikis žmonių psichikos sveikatai yra ne tik tiesioginis dėl padažnėjusių ekstremalių oro sąlygų, bet taip pat turintis netiesioginį poveikį (Berry et al., 2010; Clemens, et. at., 2020)

Be to, psichikos sutrikimai gali kilti stebint laipsniškus ekosistemos pokyčius laikui bėgant ir patiriant su tuo susijusį praradimo jausmą (Connor et. al., 2004; Willox et. al., 2013). Šis praradimas gali būti ypač didelis asmenims ir bendruomenėms, turintiems stiprų tapatybės santykį su aplinka (Ellis ir Albrecht, 2017; Fresque-Baxter ir Armitage, 2012), o šie abu tapatybės ir prisirišimo aspektai dažnai yra svarbūs vietinių gyventojų psichinei sveikatai (Berry et. al., 2010; Willox et. al., 2013). Svarbu pabrėžti, kad už ekstremalių oro

reiškinių ir laipsniškų aplinkos pokyčių slypi kur kas didesnis poveikis. Dėl klimato kaitos sukeltų socialinių, ekonominių ar kultūrinių pokyčių, žmonės tampa kur kas labiau neatsparūs psichikos sveikatos sutrikimams (Fritze et. al., 2008; Berry et. al., 2010; Willox et. al., 2013). Be to, laipsniški klimato pokyčiai gali sukurti socialines sąlygas, kurios gali neigiamai paveikti psichinę sveikatą, pvz., padidėjusi konkurencija dėl išteklių tarp bendruomenių ar priverstinis bendruomenių perkėlimas dėl suprastėjusių gyvenimo sąlygų (Clayton et. Al., 2017).

Galiausiai, psichikos sveikata klimato kaitos kontekste yra veikiama per viešąjį diskursą (pvz., žiniasklaidą ar socialines medijas), perduodant informaciją apie numatomą klimato kaitos poveikį ateityje arba klimato kaitos padarinius pasaulyje (Reser et. al., 2012; Clayton, 2020). Remiantis tyrimų duomenimis, asmenys, kurie tiesiogiai nepatiria jokių su klimato kaita susijusių padarinių, įskaitant tuos, kuriems nėra pastebimi laipsniški klimato pokyčiai, dažnai patiria įvairių neigiamų emocijų (įskaitant baimę, bejėgiškumą, liūdesį, kaltę, pyktį ar nerimą) skaitydami, klausydamiesi, domėdamiesi ar mokydamiesi apie klimato kaitą (Norgaard, 2006; Searle & Gow, 2010; Reser et. al., 2012). Visos šios neigiamos emocijos, kylančios iš klimato kaitos suvokimo, rodo klimato kaitos įtaką psichikos sveikatai. Nors santykis tarp psichikos sveikatos ir informacijos apie klimato kaitos diskursą yra menkai ištirtas, tai yra svarbus aspektas, reikalaujantis daugiau mokslinių tyrimų.

Taigi, klimato kaitos įtaka psichikos sveikatai gali pasireikšti trimis skirtingais būdais: per ekstremalius orų reiškinius (tiesioginiu ir netiesioginiu būdu), per laipsnišką ekosistemos nykimo stebėjimą bei per klimato kaitos suvokimą per informacinę sklaidą (Fritze et. al., 2008; Doherty & Clayton, 2011; Clayton et. al., 2017). Yra mažai žinoma, kaip informacija apie klimato kaitos padarinius veikia ir ateityje neabejotinai veiks psichikos sveikatą, o tai kelia susirūpinimą, nes jei klimato kaitos poveikis psichikos sveikatai nėra pilnai suprantamas arba atmetamas kaip laikinas emocinis atsakas, neturintis reikšmingų pasekmių psichikos sveikatai, jis gali likti neatpažintas ir, blogiausiu atveju, negydomas. Tyrimų šia tema trūkumas rodo tolimesnių klimato kaitos poveikio psichikos sveikatai tyrimų svarbą, siekiant užtikrinti, kad klimato kaitos įtaka ne tik fizinei sveikatai būtų tinkamai sprendžiama.

Apibendrinant pastebima, kad pasaulyje atsiranda vis daugiau žmonių, kurie nerimauja dėl klimato kaitos. Gilinantis į klimato krizės poveikį psichikos sveikatai, yra atliekama vis daugiau tyrimų, susijusių su klimato kaitos nerimo reiškiniu. Klimato kaitos

ir psichikos sveikatos kontekste pastebima, kad nerimas dėl klimato kaitos pasireiškia vis didesnėje žmonių populiacijoje, ir kad šis nerimas nėra tiesiogiai susijęs su klimato kaitos įvykiais, bet greičiau su klimato kaitos reiškinio suvokimu (Clayton, 2020; Hickman et. al., 2021; Soutar & Wand 2022). Nerimas, susijęs su klimato kaita, sulaukia vis daugiau susidomėjimo mokslininkų tarpe, todėl yra svarbu aptarti ir įsigilinti į naują ir mažai tyrinėtą reiškinį – nerimą dėl klimato kaitos, arba dar kitaip – klimato kaitos nerimą.

1.2 Klimato kaitos nerimo konstrukto samprata

Dėl savo realios grėsmės žmonių gyvenimams, klimato kaita turi didžiulį poveikį žmonių gerovei, fizinei bei psichikos sveikatai. Nenuostabu, kad dėl klimato krizės atsiranda vis daugiau žmonių, patiriančių tiesioginius ir / ar netiesioginius neigiamus klimato kaitos padarinius, o tai, savo ruožtu, gali sukelti įvairiausių neigiamų emocijų, susijusių su klimato kaita (Verplanken, & Roy, 2013; Smith, & Leiserowitz, 2014; Wang et. al., 2018; Hickman, et. al., 2021; Hwong et. al., 2022). Yra daug faktorių, lemiančių, kiek ir kokias emocijas žmonės patiria dėl klimato kaitos, o patiriamos emocijos skiriasi priklausomai nuo to, kiek žmonėms rūpi klimato kaita, kaip dažnai jie domisi klimato kaitos naujienomis, kokį santykį su aplinka jie turi bei kaip klimato kaitos pokyčiai veikia jų gyvenimus (Wang et. al., 2018; du Bray et. al., 2019; Ogunbode et. al., 2022). Dažniausiai žmonių patiriamos emocijos, susijusios su klimato kaita, yra liūdesys, baimė, beviltiškumas, kaltė, pyktis bei nerimas (Albrecht, et. al., 2007; Doherty, & Clayton, 2011; Rees et. al., 2015). Nerimas, susijęs su ekologine klimato kaitos krize, tampa vis dažniau girdimas ir pastebimas ne tik mokslinėje literatūroje, bet ir žiniasklaidoje.

Dėka didėjančio ekologinio nerimo ir klimato kaitos nerimo terminų naudojimo pasaulinėje žiniasklaidoje, jie tampa vis geriau žinomi plačiajai visuomenei. Tačiau tyrimų apie tokio nerimo formas ir jų ryšį su kitais psichologiniais klimato kaitos krizės padariniais trūkumas kelia daugiau klausimų, nei aiškumo (Pihkala, 2020). Svarbu atkreipti dėmesį, kad nerimą dėl klimato kaitos gali sukelti įvairūs veiksniai, pvz., ekstremalios orų sąlygos, biologinės įvairovės nykimas ar nepakankamas klimato kaitos krizės sprendimas visuotiniu ar pasauliniu lygmeniu. Nerimavimą dėl klimato kaitos taip pat gali sustiprinti žiniasklaidoje cirkuliuojanti informacija apie vykstančius klimato pokyčius, kurie kartais gali būti išdidinami ar net pateikiami kaip katastrofiniai (Maran & Begotti, 2021). Nerimas, susijęs su klimato kaitos suvokimu tarp žmonių, kurie asmeniškai nepatiria jokio

tiesioginio poveikio, tampa viena aktualiausių tyrimų sritimi tarp psichikos sveikatos tyrėjų. Taigi, suvokiama klimato kaita yra vienas pagrindinių veiksnių, lemiančių klimato kaitos nerimo pasireiškimą (Clayton, 2020; Hoffmann et. al., 2022). Remiantis pasaulinių tyrimų duomenimis, akivaizdžiai matoma, kad klimato kaitos krizės poveikis psichinei sveikatai yra labai didelis (Bourque & Willox, 2014; Clayton, 2020; Tam, et. al., 2023), būtent todėl svarbu įsigilinti į klimato kaitos nerimo konstrukto sampratą.

Nerimas yra neišvengiama emocinė būseną, kuri žmonių gyvenimuose tam tikru gyvenimo laikotarpiu pasireiškia daugiau ar mažiau. Nerimas yra emocija, kuriai būdinga nemaloni neigiamo poveikio būseną, pasireiškianti baimingumu ir nenuspėjamu pavojaus laukimu ateityje bei fiziologiniais įtampos simptomais (Barlow, 2002). Svarbu pabrėžti, kad, nors nerimas yra glaudžiai susijęs su baime, tačiau mokslinėje literatūroje, psichologijoje jie yra išskiriami kaip du skirtingi konstruktai. Standartiniuose apibrėžimuose baimė yra susijusi su konkretesne grėsme, o tuo tarpu nerimą sukelia neapibrėžtos, neaiškios situacijos (Grupe & Nitschke, 2013). Plačiojoje visuomenėje yra paplitęs įsitikinimas, kad tai yra emocija, kuri yra vengtina ir nepageidaujama, tačiau tai yra normalus organizmo atsakas į stresą ar pavojų ir netgi gali būti naudingas tam tikrose situacijose, suveikiantis kaip stimulus ruoštis sudėtingam, nemaloniam ar bauginančiam įvykiui, pavyzdžiui, klimato kaitos krizei.

Klimato kaitos nerimo reiškiny, mokslinėje literatūroje dar vadinamas ekologiniu nerimu, buvo ir yra analizuojamas iš įvairių perspektyvų, tokių kaip socialinės, psichodinamės, psichosocialinės, egzistencinės ar patologinio nerimo sutrikimų perspektyvos (Albrecht, 2011; Clayton, 2020; Pihkala, 2020). Pirmieji nerimo tyrinėjimai, susiję su klimato kaita, prasidėjo nuo 2000 iki 2010 metų, tarp psichologų, kurie vadovavosi psichodinaminėmis teorijomis (Nicholsen, 2003; Randall, 2005; Bodnar, 2008; Rust, 2008; Weintrobe, 2010). Pavyzdžiui, egzistencinėje teorijoje nerimas laikomas pagrindiniu principu, o ne patirtimi, kurią reikia medikalizuoti ar bet kokia kaina vengti (Tilich, 1952; Horwitz & Wakefield, 2007). Remiantis Paul Tillich egzistencinio nerimo teorija, nerimas yra pateikiamas, kaip esminė egzistencijos šerdis (Tilich, 1952). Teorijoje yra pateikiamos trys ypač svarbios egzistencinio susirūpinimo sritys: likimas ir mirtis (angl. *faith and death*); tuštuma ir beprasmybė (angl. *emptiness and meaninglessness*); kaltė ir pasmerkimas (angl. *guilt and condemnation*). Žmonės, patyrę trauminius įvykius susijusius su klimato kaita, tokius kaip uraganai, potvyniai ar kitus ekstremalius orų reiškinius, aiškiau suvokia visus šiuos egzistencinio nerimo aspektus bei patiria

psichologinių sunkumų (Scott & Weems, 2013; Budziszewska & Jonsson, 2021).

Didėjantis supratimas apie klimato kaitą gali privesti prie daugybę kitų egzistencinių suvokimų, tokių kaip žmogaus trapumas ir mirtingumas. Klimato kaitos įsisąmoninimas, taip pat gali privesti prie įsivaizdavimo apie žmonijos civilizacijos krizę, kuris sutampa su pirmąja Tillich pasiūlyta egzistencinio nerimo sritimi, likimu bei mirtimi (Tillich, 1952; Budziszewska & Jonsson, 2021). Klimato kaitos keliama grėsmė paveldui, kurį žmogus iš prigimties trokšta palikti, paliečia žmogaus egzistavimo prasmę ir vertę, taip iššaukdamą antrąją Tillich egzistencinio nerimo teorijos sritį, tuštumą ir beprasmybę (Budziszewska & Jonsson, 2021). Galiausiai, trečioji Tillich kaltės ir pasmerkimo sritis klimato kaitos kontekste pasireiškia per suvokimą apie galima žmonijos susinaikinimą, kitų gyvybės rūšių ir aplinkos nykimą (Budziszewska & Jonsson, 2021). Svarbu pabrėžti, kad trečiosios srities suvokimas kelia grėsmę kolektyvinei žmogaus savivertei, nes yra menkinama žmogaus civilizacijos moralinė vertė (Scott & Weems, 2013). Kaip matyti, nerimas dėl klimato kaitos gali pasireikšti per suvokimą apie žmogaus ir civilizacijos likimą, mirtingumą, kalte, tuštumą bei beprasmybę klimato krizės kontekste.

Nuo 2010 m. klimato kaitos nerimas tapo viena labiausiai aptarinėjamų ir tyrinėjamų temų, susijusia su psichologiniais klimato kaitos krizės padariniais (Pihkala, 2020). Didėjant susidomėjimui klimato kaitos krizės poveikiu žmonių sveikatai, pradėjo formuotis klimato kaitos / aplinkosaugos psichologijos sritys, kurios davė pradžią įvairių rūšių nerimo tyrinėjimams, susijusiems su klimato kaita (Doherty & Clayton, 2011; Clayton, et. al., 2014). 2011 m. Albrechtas buvo vienas iš pirmųjų, pavartojusių terminą „ekologinis nerimas“, kurį apibūdino kaip baimę dėl lėtinių aplinkos pokyčių. Tačiau turėjo praeiti dar ne vieneri metai, kol Amerikos psichologijos asociacija (APA) 2017 m. oficialiai pripažino „ekologinio nerimo“ terminą. Amerikos psichologų asociacija ekologinį nerimą apibrėžia kaip „lėtinę aplinkos išnykimo baimę“, kuri gali pasireikšti simptomais nuo lengvo streso iki klinikinių sutrikimų, tokių kaip depresija, nerimas, potrauminis streso sutrikimas ar savižudybė (Clayton, et. Al., 2017). Augant nerimo tyrinėjimams, klimato kaitos kontekste buvo pasiūlyta dar keletas skirtingų ekologinio nerimo apibrėžimų, kai kurių autorių jis įvardijamas net kaip psichikos sutrikimas arba nerimas dėl blogėjančių klimato aplinkos sąlygų (Usher, et. al., 2019), bei nerimas, patiriamas reaguojant į klimato kaitos ekologinę krizę (Pihkala, 2020). Tačiau daugėjant klimato kaitos poveikio psichikos sveikatai tyrinėjimų, atsirado daugiau skirtingų klimato kaitos nerimo aiškinimų.

Prieš metus atlikta sisteminė klimato kaitos nerimo kokybinių tyrimų apžvalga parodė, kad klimato kaitos nerimo tema yra mažai ištirta ir dar nepakankamai suprantama tema (Soutar & Wand, 2022). Mokslinėje literatūroje naudojamas klimato kaitos nerimo aiškinimas yra suprantamas kaip neramumo jausmas dėl galimai numatomo klimato kaitos poveikio masto tam tikroje vietoje ir tam tikru metu bei patiriamas tarp žmonių, kurie asmeniškai nepatyrė jokio tiesioginio poveikio (Albrecht, 2012; Clayton, 2020; Cunsolo et al., 2020; Hwong et al., 2022). Svarbu pabrėžti socialinio konteksto poveikį nerimui dėl klimato kaitos, kuris nėra susijęs su tiesiogine klimato pokyčių patirtimi (Clayton, 2020). Be to, kaip socialinis, taip pat ir kultūrinis kontekstas gali prisidėti prie su klimato kaita susijusio nerimo atsiradimo, kuris gali formuotis net žiniasklaidos pagalba (Pihkala, 2020). Atsižvelgiant į tai, kad šiuolaikiniame pasaulyje ryšio priemonės, tokios kaip mobilieji telefonai, yra prieinami beveik visiems, kiekvienas gali būti paveiktas nerimo dėl klimato kaitos per socialines medijas. Taigi, iš šių klimato kaitos nerimo, dar kitaip vadinamo ekologiniu nerimu, apibrėžimų galima išvelgti kelis dalykus. Ekologinis nerimas labiau laikomas susijusiu su klimato kaitos neapibrėžtumu, neramumo jausmu, o ne psichikos sveikatos sutrikimu, kurio svarbu nepatologizuoti.

Tačiau vis dar nesutariama, kaip turėtų būti aiškinamas klimato kaitos nerimo konstruktas psichikos sveikatos srityje. Kartais šis terminas yra apibūdinamas kaip popkultūros tendencija (McGinn, 2019), kartais – kaip tinkama ir normali reakcija į klimato kaitą, arba kaip galimai klinikinį lygmenį pasiekianti būklė, kuriai reikalingas gydymas (Pihkala, 2020; Taylor, 2020; Clayton, 2020). Kaip matome, yra skirtingų nuomonių bei supratimų, apibrėžiant klimato kaitos nerimą. Nors nuo 2020 m. buvo sukurta klimato kaitos nerimo matavimo instrumentų, matuojančių emocinį, kognityvinį bei elgesio elementus (Clayton, 2020; Wullenkord et al., 2021; Helm, et. al., 2022; Mougouia-Daouda et al., 2022), šių instrumentų taikymas mokslinėje sferoje rodo klimato kaitos nerimo reiškinių galimą paplitimą ir poveikio psichikos sveikatai mastą. Nors ši tema tampa vis plačiau tyrinėjama, yra reikalingi išsamesni moksliniai tyrimai (Stanley, et. al., 2021; Hogg et al., 2021; Innocenti et al., 2021). Taigi, gilinantį į klimato kaitos nerimo konstrukto sampratą, yra pastebimas šio termino naujumas bei dar didelis tyrimų trūkumas mokslinėje literatūroje.

Apibendrinant galima teigti, jog atlikti tyrimai atskleidžia, kad mokslininkų tarpe dar nėra bendro nutarimo, kokia terminija turėtų būti vartojama kalbant apie nerimą klimato kaitos kontekste ir ar terminas „klimato kaitos nerimas“ turėtų būti vartojamas, kai

yra kalbama ne apie tokį rimtą susirūpinimą dėl klimato kaitos. Gilinantį į klimato kaitos nerimo sampratą galima teigti, kad esama ir tam tikrų panašumų tarp klimato kaitos nerimo apibūdinimų. Pagrindinis klimato kaitos nerimo apibūdinimo akcentas yra tas, kad šis nerimas yra susijęs su susirūpinimu, nerimavimu dėl klimato kaitos padarinių ateityje. Šiame tyrime bus vadovaujama Ojala ir kitų (2021) pasiūlytu klimato kaitos nerimo termino apibrėžimu - žmonių reagavimu į klimato kaitos sukeltą žalą, destrukciją ar praradimus, kurie taip pat gali pasireikšti suvokiant šiuos padarinius kaip dar įvyksiančius ateityje. Tyrinėjant klimato kaitos nerimo konstrukta, svarbu atsižvelgti į tai, kokios visgi žmonių grupės yra labiausiai pažeidžiamos klimato kaitos nerimo.

1. 3. Klimato kaitos nerimo atžvilgiu pažeidžiamiausios grupės

Klimato kaitos nerimas savaime nėra patologinis, bet greičiau signalizuojantis tam tikrą informaciją apie tai, kas kelia stresą, nepasitenkinimą ateities perspektyvoje. Nenuostabu, kad klimato kaitos nerimą ne visi žmonės patiria vienodai ir kad ši nerimo forma dažniau pasireiškia tiems, kurie tiesiogiai išgyvena klimato kaitos padarinius (Searle & Gow, 2010; Reser et al., 2012; Clayton, 2020), ir kuriems labiau rūpi klimatas bei aplinkosauga (Clayton & Karazsia, 2020). Kai kurios valstybės, tautos ar tam tikrų vietovių sritys yra labiau geografiškai pažeidžiamos klimato kaitos, o tai reiškia, kad joms labiau gresia sausros, potvyniai ar kiti su klimato kaita susiję pokyčiai. Yra valstybių, kuriose tam tikros socialinės grupės yra labiau pažeidžiamos ekonomiškai, neturinčios prieigos prie paslaugų ar politinės galios, o tai gali privesti prie didesnio neigiamo klimato kaitos poveikio tam tikroms žmonių grupėms (Rataj et. Al., 2016; Hwong et. al., 2022). Atlikti tyrimai rodo, kad specifinės žmonių grupės, tokios kaip čiabuviai ar tam tikrų atokių vietovių gyventojai, kurios yra ypač priklausomos nuo natūralių gamtos išteklių, klimato, išgyvena stresą, neigiamas emocijas, patiria baimę ir nerimą dėl ateities klimato kaitos kontekste (Asugeni et. al., 2015; Cunsolo et. Al., 2015; Gibson et. al., 2020). Asugeni ir kitų (2015) atliktame tyrime buvo rasta, kad beveik visi tyrime dalyvavę Saliamono salos gyventojai teigė, kad jūros lygio kilimas daro įtaką jiems ir jų šeimai, kelia baimę bei nerimą asmeniniu ir bendruomenės lygmeniu. Taigi, nerimas dėl klimato kaitos gali plisti tarp žmonių grupių, kurios gyvena geografiškai pažeidžiamose vietovėse bei yra priklausomos nuo gamtinės aplinkos ir su gamta persipynusių kultūrinių tradicijų, kurias dėl klimato pokyčių darosi sunkiau puoselėti arba jos visiškai prarandamos (Clayton,

2020).

Į šią grupę žmonių taip pat patenka moterys, vyresnio amžiaus žmonės bei jau psichikos sveikatos sutrikimų turintys asmenys (Clayton et. al., 2014; Dodgen et. al., 2016). Moterų psichikos sveikatai neproporcingai daug įtakos turi įvairialypis klimato kaitos poveikis (Stone et. al., 2022). Dėl jau egzistuojančios nelygybės, su kuria susiduria moterys, pavyzdžiui, skurdo, smurto, nevienodų galimybių ir išsilavinimo, judėjimo ir laisvės suvaržymų, moterys yra ypač pažeidžiamos klimato kaitos (Stone et. al., 2022). Taip pat asmenys, kurie jau turi diagnozuotą generalizuoto nerimo sutrikimą, bus mažiau atsparūs nerimui dėl klimato kaitos (Helm et. al., 2016; Clayton, 2020). Tačiau viena iš labiausiai nerimaujančių žmonių grupių dėl klimato kaitos yra asmenys, kurie aktyviai įsitraukę į aplinkosauginę veiklą.

Asmenys, kurie aktyviai dalyvauja aplinkosaugos akcijose (Fridays For Future, Greenpeace ir pan.) ar aktyviai propaguojantys aplinkosaugos idėjas, gali susidurti su padažnėjusiu susirūpinimu ir nerimu dėl planetos būklės ir būtinybės spręsti klimato kaitos problemą (Schwartz et. Al., 2022). Žmonės, kurie aktyviai įsitraukia į klimato aktyvizmą, praleidžia daug laiko aktyviai galvodami apie klimato kaitą, o tai, savo ruožtu, pareikalauja didelių psichologinių resursų klimato krizei spręsti (Chen & Gorski, 2015). Kai didelės pastangos ir laikas, kuris yra skiriamas klimato krizei spręsti, neatneša norimų rezultatų, aktyvistai gali jaustis išsekę, bejėgiai ar praradę viltį klimato krizės akivaizdoje, o tai gali prisidėti prie nerimo ar depresijos sutrikimų išsivystymo (Albright & Hurd, 2021; Schwartz et. Al., 2022).

Jauni žmonės, tokie kaip vaikai, paaugliai ar jauni suaugusieji, augantys pasaulyje, kuriame vis didesnę poveikį daro klimato kaita, gali būti ypač jautrūs dėl galimų klimato kaitos pasekmių ateityje (Wu et. al., 2020; Hickman et. al., 2021; Crandon et. al., 2022). Jaunoji karta auganti pasaulyje, kuriame klimato kaitos poveikis tampa vis akivaizdesnis, o prieiga prie daugybės informacijos apie galimus jos padarinius vis lengvesnė ir prieinamesnė, pasižymi didesniu susirūpinimu ir nerimavimu dėl klimato kaitos (Searle & Gow, 2010; Corner et. al., 2015; Clayton, 2020, Wu et. al., 2020; Crandon et. al., 2022). Nors Lietuvoje dar nėra atlikta empirinių tyrimų, įrodančių klimato kaitos nerimo reiškinio egzistavimą, vis tik Čėnaitė ir Dervinytė-Bongarzoni (2022) recenzuojamame moksliniame straipsnyje apie ekologinės krizės įtaką vaikų ir jaunimo psichikos sveikatai užsimena apie klimato kaitos nerimo paplitimo tikimybę Lietuvoje. Remiantis Čėnaitės ir Dervinytės-Bongarzoni (2022) moksliniu straipsniu bei daugelio kitų tyrimų duomenimis,

įvardijama, kad asmenys, kurie dažniausiai nerimauja ar jaudinasi dėl klimato kaitos, yra paaugliai ir jauni suaugusieji (Searle & Gow, 2010; Corner et. al., 2015; Wu et. al., 2020, Clayton & Karazsia, 2020; Hickman et. al., 2021).

Apžvelgus atliktus tyrimus pasaulyje, matome, kad klimato kaitos nerimo atžvilgiu į pažeidžiamiausių žmonių grupių sąrašą patenka tie, kurie tiesiogiai išgyvena klimato kaitos padarinius: klimato ir aplinkosaugos aktyvistai, moterys, vyresnio amžiaus žmonės, psichikos sveikatos sutrikimų turintys asmenys bei jaunimas nuo 13 iki 29 m. amžiaus (Dodgen et. al., 2016; Clayton, 2020; Gibson et. al., 2020; Hickman et. al., 2021; Hwong et. al., 2022). Tačiau šiame tyrime bus fokusuojamasi į jaunos suaugusius, toliau mėginsime pažvelgti, kodėl jauni suaugusieji yra viena iš labiausiai susirūpinusių ir nerimaujančių dėl klimato kaitos grupių.

1.4 Klimato kaitos nerimo patyrimas jaunų suaugusiųjų tarpe

Skirtingai nuo ankstesnių kartų, kurių supratimas apie klimato kaitą iš esmės buvo abstraktus ir nesusijęs su kasdieniu gyvenimu, šiuolaikinė karta geriau suvokia klimato kaitos pasekmes ir kaip galimai tai paveiks jų ateitį. Tyrime, kuriame buvo apklausti 10000 tiriamųjų dešimtyje skirtingų šalių (Australijoje, Brazilijoje, Suomijoje, Prancūzijoje, Indijoje, Nigerijoje, Filipinuose, Portugalijoje, Didžiojoje Britanijoje ir JAV), rezultatai parodė, kad 84% vaikų ir jaunuolių nuo 16 iki 25 metų yra bent vidutiniškai susirūpinę dėl klimato kaitos, o 59% – labai arba ypač susirūpinę (Hickman, et. al., 2021). Be to, Hickman ir kitų (2021) tyrimo duomenimis, daugiau nei 50% dalyvių įvardijo jaučiantys bent vieną iš šių emocijų: liūdesį, nerimą, pyktį, bejėgiškumą ar kaltę. Moksliniai tyrimai rodo, kad jauni suaugusieji iš tiesų išgyvena neigiamas emocijas, tokias kaip liūdesį, nerimą, pyktį, bejėgiškumą ar kaltę, klimato kaitos atžvilgiu (Clayton, 2020; Hickman, et. al., 2021; Swim et. al., 2022). Vienas iš svarbiausių Hickman ir kt. (2021) tyrimo rezultatų yra tai, kad daugiau nei 45% respondentų teigė, kad jų jausmai dėl klimato kaitos neigiamai paveikė jų kasdienį gyvenimą. Šis ir daugelis kitų tyrimų rodo, kad nerimas dėl klimato kaitos nėra neįprastas, ypač tarp jaunų suaugusiųjų (Wu et. Al., 2020; Clayton & Karazsia, 2020; Hickman, et al., 2021; Reyes et. al., 2021). Remiantis šiais empirinių tyrimų duomenimis, galima išvelgti, kad paaugliai ir jauni suaugusieji yra viena iš daugiausiai nerimaujančių (ir kitas neigiamas emocijas patiriančių) dėl klimato kaitos

grupių, o tam, galimai įtakos turi tai, kad jauni suaugusieji yra sąmoningi dėl vykstančios klimato kaitos.

Dabartinė 18–25 metų žmonių karta tikriausiai yra užvis geriausiai informuota apie klimato kaitą, palyginus su iki tol buvusiomis (Ballew et. Al., 2019). Pavyzdžiui, Vokietijos ir Austrijos jaunimas turi gana aukštą žinių lygį apie klimato kaitos priežastis ir padarinius, ypač apie socialinius ir ekonominius veiksnius (Corner et. al., 2015). Norvegijoje atliktame tyrime tarp 18-25 metų jaunimo buvo rasta, kad daugiau nei trečdalis dalyvių mano, kad turi labai geras arba geras žinias apie klimato kaitą (Fløttum et. al., 2016). 2011 m. Leiserowitz ir kitų atliktame tyrime apie Amerikos paauglių žinias apie klimato kaitą atskleista, kad amerikiečiai paaugliai apie klimato kaitą žino tiek pat arba mažiau nei suaugusieji amerikiečiai. Tyrime, atliktame Jungtinėje Karalystėje, buvo atskleista, kad 16–26 metų amžiaus žmonės gerai išmano apie klimato kaitą bei geba plačiai apibrėžti terminą, tačiau pasižymi nevienodu pagrindinių klimato kaitos įvykių ir sąvokų išmanymu (Hibberd & Nguyen, 2013). Lietuvoje 2020 metų sausio mėnesį pagal BNS užsakymą atlikta apklausa tarp 1002 asmenų, parodė, kad 73,8 % Jaunų suaugusiųjų sutiko arba greičiau sutiko su teiginiu, kad „klimato kaita kelia grėsmę mano kartos žmonėms“ (Beniušis, 2020). Ši apklausa atskleidė, jog jauni ir aukštesnį išsilavinimą turintys žmonės klimato kaitą laiko grėsme dažniau nei kiti apklausos dalyviai.

Yra išskiriamos kelios priežastys, kodėl jauni suaugusieji įvardija jaučiantys nerimą dėl klimato kaitos. Pirma, jauni suaugusieji mato save kaip kartą, kurią klimato kaita ilgainiui paveiks labiausiai (Hickman et. al., 2021). Dėl sparčiai besikeičiančio klimato gyvenimo sąlygos artimoje ateityje taps vis sudėtingesnės, o jauni suaugusieji ir bus ta karta, kuri turės spręsti klimato kaitos padarinius ir gyventi su jais (Hickman et. al., 2021; Masson-Delmotte et. al., 2022). Antra, jauni suaugusieji patenka į amžiaus tarpsnį, kai jų pasaulėžiūra, tiek asmeninė, tiek socialinė tapatybė vis dar formuojasi, o socialinė aplinkos bei kultūros įtaka, formuojanti jaunų suaugusiųjų vertybes, nuostatas bei įsitikinimus, gali turėti įtakos susitapatinimui su klimato krizės problema ir taip padidinti jaunų suaugusiųjų nerimą dėl klimato kaitos (Corner et. al., 2015; Mead et. Al., 2012.). Jaunų suaugusiųjų karta, labiau nei vyresnio amžiaus žmonės, yra geriau informuoti apie klimato krizę, o tai, savo ruožtu, didina susirūpinimą bei patiriamas neigiamas emocijas klimato kaitos suvokimo atžvilgiu (Sampei & Aoyagi-Usui, 2009; Hornsey et. al., 2016; O'brien, et. al., 2018; Clayton, 2020; Ogunbode et al., 2020, 2022). Taip pat jaunų žmonių nerimas dėl klimato kaitos yra susijęs su suvokimu, kad jų ateitis yra prarasta, kad žmonija yra

pasmerkta ir kad valdžios įstaigos nesugeba tinkamai reaguoti, spręsdamos su klimato kaita susijusias problemas (Hickman et al., 2021). Be to, klimato kaitos nerimas gali turėti neigiamą poveikį psichikos sveikatai (Ojala et al. 2021).

Jauni suaugusieji, dažniau nei vyresnio amžiaus žmonės, gali patirti daugiau neigiamų padarinių fizinei ar psichologinei sveikatai, susijusių su klimato nerimu (Wu et al., 2020). Taip yra todėl, kad jauni žmonės yra labai svarbiame savo fizinio ir psichologinio vystymosi etape, kuriame jie nėra tokie atsparūs stresui ir nerimui, o streso ir nerimo stiprumas ir dažnumas gali padidinti depresijos ir nerimo sutrikimų bei priklausomybės nuo narkotinių medžiagų tikimybę (Sheth et al., 2017). Taip pat lėtinis stresas, pavyzdžiui, nuolatinis nerimavimas dėl klimato kaitos, jauniems suaugusiems gali sukelti nuolatinis smegenų struktūros pokyčius ar psichopatologijos atsiradimą vėlesniame gyvenime (Shelth, et al., 2017). Nerimas dėl klimato kaitos gali tapti patologiniu, kai jis pradeda trukdyti įprastam gyvenimo ritmui – ar tai būtų miego režimas, darbas, ar tarpasmeniniai santykiai (Clayton, 2020). Taigi, laikantis prielaidų, kad nerimas, kuris dar kitaip gali pasireikšti kaip stresas, klimato kaitos kontekste gali turėti neigiamą poveikį psichikos sveikatai.

2021 metais atlikto tyrimo rezultatai parodė, kad daugiau nei pusė tyrimo dalyvių, iš 10-ties skirtingų pasaulio šalių, yra bent vidutiniškai arba labai susirūpinę dėl klimato kaitos (Hickman, et. al., 2021). Tam galimai turi įtakos tai, kad jauni suaugusieji yra viena geriausiai informuotų kartų (Corner et. al., 2015; Fløttum et. al., 2016; Ballew et. Al., 2019; Beniušis, 2020). Be to, jauni suaugusieji žino, kad jie ir bus ta karta, kurią klimato kaita ilgainiui paveiks labiausiai (Hickman et. al., 2021). Klimato krizės problema jaunų suaugusiųjų tarpe gali tapti ypač aktuali dėl šiame gyvenimo tarpsnyje besiformuojančios pasaulėžiūros, tiek asmeninės, tiek socialinės tapatybės, o tai savo ruožtu gali padidinti nerimą dėl klimato kaitos (Corner et. al., 2015; Mead et. Al., 2012). Kadangi jauni žmonės yra labai svarbiame savo fizinio ir psichologinio vystymosi etape, kuriame jie nėra tokie atsparūs stresui ir nerimui, jie yra viena pažeidžiamiausių grupių nerimui dėl klimato kaitos. Žvelgiant į klimato kaitos nerimo tyrinėjimus pasaulyje svarbu pažvelgti ir į Lietuvos kontekstą.

1.5 Klimato kaitos nerimas Lietuvos kontekste

Lietuva, kaip ir visi kiti pasaulio regionai, taip pat susiduria su klimato pokyčiais bei jų sukeliama padariniais. Remiantis GreenMatch (2020) išvadomis, Lietuva yra viena labiausiai klimato kaitos paveiktų šalių Europoje nuo 1970 iki 2015 metų. Tačiau domintis klimato kaita, dar kitaip, ekologiniu nerimu ar klimato kaitos padariniais psichikos sveikatai lietuvių kalba, pavyko rasti tik vieną recenzuojamą mokslinį straipsnį – „Ekologinės krizės įtaka vaikų ir jaunimo psichikos sveikatai: ekologinis nerimas” (Čėnaitė ir Dervinytė-Bongarzoni, 2022) bei keletą pasisakymų žiniasklaidoje (Juršėnaitė, 2019; Lavrinec, 2020; Tamošiūnaitė, 2020; Čiūžaitė, 2021). Čėnaitės ir Dervinytės-Bongarzoni (2022) recenzuojamame moksliniame straipsnyje užsimenama apie vaikų ir paauglių nerimo dėl klimato kaitos tikimybę Lietuvoje. Buvo rastas dar vienas iš nedaugelių Lietuvos populiaciją nagrinėjančių tyrimų, kuriame buvo ištirtos 215 Lietuvos klimato ekspertų emocinės reakcijos į klimato kaitą. Tyrimo duomenimis, ekspertai, tyrinėdami Lietuvos klimata, išgyvena įvairių emocijų (pasipiktinimą, nusivylimą, baimę, kaltę, liūdesį ir kt.) klimato kaitos atžvilgiu (Jovarauskaite & Böhm, 2021). Nors šie rezultatai parodo tik mažą dalį Lietuvoje gyvenančių žmonių jaučiamas neigiamas emocijas klimato kaitos atžvilgiu, tai yra svarbūs rezultatai, leidžiantys geriau suprasti galimą klimato kaitos nerimo paplitimą Lietuvoje. Tačiau dėl didelio mokslinių publikacijų trūkumo klimato kaitos nerimo tema Lietuvoje, svarbu aiškiai įsisąmoninti ir suprasti, kaip yra patiriamas klimato kaitos nerimas, o tam pasiekti bus remiamasi kokybinių tyrimų metodologija.

1.6 Darbo naujumas ir aktualumas

Didžioji dalis anksčiau atliktų tyrimų klimato kaitos ir psichikos sveikatos tema remiasi kiekybinio tyrimo strategija ir tik mažą dalį visų tyrimų, susijusių su klimato kaitos nerimu, sudaro kokybiniai tyrimai (Soutar & Wand, 2022). Kiekybinių tyrimų trūkumas tas, kad tokia tyrimo strategija gali apriboti tyrinėjamą lauką bei įstatyti į tam tikrus „rėmus“, bandant formuluoti ir atskleisti tyrimų hipotezes (Queirós et. al., 2017). Kokybinių tyrimų strategijos privalumas tas, kad ši strategija leidžia ištirti įvairių reiškinių, fenomenų ir teorijų egzistavimą tam tikrame kontekste bei atskleisti žmonių patyrimus jiems susiduriant, įsitraukiant ar suvokiant tam tikrus įvykius (Elliot et. al., 1999; Queiros et. al., 2017). Taigi, kokybinis metodas geriausiai tinka norint gilintis į naujų reiškinių supratimą ar tam tikrų reiškinių patyrimus.

Klimato kaitos nerimo reiškinys mokslinėje literatūroje yra mažai ištirtas reiškinys, kuris reikalauja išsamesnio ir detalesnio reiškinio pažinimo. Reiškinius, tokius kaip patirtis, požiūris bei jausmai, gali būti sunku tiksliai iširti kiekybiškai, todėl naudojami kokybiniai tyrimo metodai, suteikiantys galimybę pažinti tyrinėjamą reiškinį iš pačių dalyvių perspektyvos – kaip, kodėl ar ką jie galvojo, jautė ir patyrė, kalbant apie tam tikrą reiškinį ar įvykį. Remiantis atliktais tyrimais apie jaunų suaugusiųjų nerimą dėl klimato kaitos, galima susidaryti įspūdį, kad didžioji dalis pasaulio populiacijos patiria tiesioginius ar netiesioginius klimato kaitos padarinius, kurie turi neigiamą poveikį žmonių psichikos sveikatai. Visgi yra akivaizdus didelis žinių trūkumas šia tema ne tik Lietuvoje, bet ir visame pasaulyje. Kokybinio tyrimu pagrįsti rezultatai galėtų būti pagrindas platesniems, reprezentatyviems kiekybiniam tyrimams, o kartu ir geresniam supratimui apie psichologinės pagalbos poreikį klimato kaitos kontekste. Todėl šiame tyrime, remiantis kokybine tyrimų metodologija, bus bandoma papildyti esamas žinias ir supratimą apie nerimą dėl klimato kaitos supratimą bei suteikti naujų įžvalgų tolimesniems moksliniams tyrimams.

1. 7. Tyrimo tikslas ir klausimai

Tyrimo tikslas: atskleisti jaunų suaugusiųjų nerimo dėl klimato kaitos patyrimą.

Tyrimo klausimai:

- Ką jauni suaugusieji žino apie klimato kaitą?
- Ką šis reiškinys jiems reiškia asmeniškai?
- Kokie yra emociniai su klimato kaita susiję jaunų suaugusiųjų patyrimai?
- Kokios mintys apie klimato kaitą jiems kyla?

2. KOKYBINIO TYRIMO METODIKA

2.1 Teorinis tyrimo pagrindas

Atsižvelgiant į pasirinktą temą, temos naujumą ir žinių trūkumą pasirinkta tema, buvo pasirinktas kokybinis tyrimo metodas. Šiuo tyrimu bus siekiama geriau suprasti, kaip jauni suaugusieji patiria klimato kaitą, remiantis subjektyviais dalyvių patyrimais, suvokimais ir požiūriais. Kokybiniai tyrimai dažnai naudojami, siekiant suprasti žmonių patirtį ir perspektyvas tam tikrame kontekste. Šis metodas dažnai naudojamas socialiniuose moksluose ir psichologijoje, nes leidžia tyrėjams nuodugniai suprasti, kaip žmonės sąveikauja vieni su kitais ir savo aplinka (Silverman, 2020).

Šio tyrimo reiškiniui nagrinėti buvo pasirinktas A. Giorgi fenomenologinis tyrimų metodas (Giorgi, 1997; 2010), kuris remiasi filosofo Husserli fenomenologijos principais. Šiais Husserli fenomenologijos principais bus siekiama atskleisti jaunų suaugusiųjų nerimo dėl klimato kaitos patyrimą. Remiantis fenomenologine pozicija psichologijos moksle, siekiama pažinti asmeninius išgyvenimus ir patirtis, išlaikant patirties aprašymo tikslumą bei atmetant bet kokias išankstines interpretacijas ar nuostatas (Giorgi, 2005). Šio metodo pagalba bus siekiama sutelkti visą dėmesį į autentišką tyrimo dalyvių patirtį, kuri yra pateikiama tokia, kokią ją išgyvena bei patiria tyrimo dalyviai. Subjektyvumas fenomenologiniuose tyrimuose reiškia tai, kad žmogus suvokia tam tikrą situaciją ar reiškinį individualiai, todėl nėra bendro suvokimo, kurį galėtų suprasti visi (Giorgi, 2005). Taigi, siekiama suvokti tam tikro žmogaus individualų požiūrį į realybę, kuri yra priimama kaip vienintelė realybė. Svarbu pabrėžti, kad tyrimo dalyviai tampa savo unikalaus patyrimo ekspertais, o tyrėjas – tyrimo dalyvių patirties bendraautoriumi. Taigi, remiantis fenomenologine perspektyva, siekiama suvokti tam tikro žmogaus individualų požiūrį į realybę, kuri yra priimama kaip vienintelė realybė.

Nors fenomenologiniu požiūriu tyrėjas turėtų išlikti kiek įmanoma atsiribojęs nuo tyrinėjamo fenomeno interpretacijų savo išankstinėmis nuostatomis, vertybėmis bei žiniomis, to visiškai užtikrinti nėra įmanoma (Wojnar & Swanson, 2007). Fenomenologiniu požiūriu, tyrėjo subjektyvumas tyrimo procese yra neišvengiamas ir visiškai atsiriboti nuo asmeninės patirties, žinių, vertybių ar nuostatų tiriamo reiškinio atžvilgiu nėra įmanoma,

tačiau tai gali būti priimama kaip privalumas, kai yra pakankamai reflektuojama (Braun & Clarke, 2013).

2.2 Tyrimo dalyviai

Tyrimo iš viso dalyvavo šeši nuo 19 iki 27 metų amžiaus dalyviai. 1 lentelėje yra nurodyta: tyrimo dalyvių amžius, lytis bei vardai, kurie buvo pakeisti konfidencialumo sumetimais. Patton (1990) teigia, jog kokybinio tyrimo kokybė nėra tiesiogiai susijusi su imties dydžiu, tačiau priklauso nuo tyrėjo analitinių gebėjimų ir tyrimo medžiagos informatyvumo. Vykdamas dalyvių atranką, buvo atsižvelgiama tik į vieną tyrimo dalyvių imties kriterijų – tyrimo dalyviai privalo būti jauni suaugusieji tarp 18 ir 29 metų amžiaus. Atliekant šį tyrimą, buvo svarbu surinkti tiek tyrimo dalyvių, kad tyrimo tema būtų išsamiai atskleista išsigilinant į tyrimo dalyvaujančių jaunų suaugusiųjų patirtį ir visapusišką jų suvokimą. Tyrimo duomenų rinkimas buvo sustabdytas pastebėjus, kad nauji interviu nebesuteikia naujų įžvalgų analizuojama tema. Taip pat verta paminėti itin svarbų faktorių – pačių tyrimo dalyvių savanorišką dalyvavimą bei norą atvirai dalintis savo asmenine patirtimi.

1 lentelė. *Pagrindinė informacija apie tyrimo dalyvius*

Vardas (Pakeistas)	Emilija	Karolis	Paulius	Gerarda	Ingrida	Severina
Lytis	M	V	V	M	M	M
Amžius	19	26	27	22	26	23

Dauguma raidos tyrinėtojų išskiria septynis skirtingus raidos tarpsnius, iš kurių trys patenka į suaugusiųjų amžiaus tarpsnius (jaunų suaugusiųjų, vidurinio amžiaus ir vėlyvosios senatvės), kurie pasižymi fizinės sveikatos, pažintinių gebėjimų, psichosocialiniais ir profesinio aktyvumo skirtumais (Kohli & Meyer, 1986). Tyrimui atlikti pasirinkau jaunų suaugusiųjų grupę tarp 18 ir 29 metų amžiaus. Jaunų suaugusiųjų grupė pasirinkta dėl to, kad jauni žmonės patenka tarp stipriausių nerimą dėl klimato kaitos išgyvenančių žmonių (Hickman et. al., 2021).

Tyrimo dalyvių buvo ieškoma patogiuoju ir „sniego gniūžtės“ atrankos būdu. Pirma, buvo parengtas skelbimas (kvietimas), kuriuo buvo kviečiama sudalyvauti tyrimo apie jaunų suaugusių patirtį klimato kaitos kontekste. Kadangi šis tyrimas apsiriboja

minimaliais tyrimo dalyvių kriterijais, kvietime buvo nurodytas vienintelis kriterijus tyrimo dalyviams – amžius nuo 18 iki 29 metų. Taip pat kvietime buvo nurodyta galima tyrimo trukmė, konfidencialumo užtikrinimo aspektai, galimybė nutraukti tyrimą bei tyrėjo kontaktai (žiūrėti 1 priede). Kvietimas buvo platinamas Facebook platformoje. Svarbu pabrėžti, kad kvietimas nebuvo platinamas tam tikro pobūdžio Facebook grupėse, nes nebuvo siekiama surinkti specifinės imties dalyvių. Taip pat tyrimo dalyvių buvo ieškoma „sniego gniūžtės“ atrankos būdu, prašant pažįstamų pasidalinti informacija apie atliekamą tyrimą.

2.3 Instrumentai ir tyrimo eiga

Tyrimo duomenims rinkti buvo pasirinktas pusiau struktūruoto interviu metodas. Šis duomenų rinkimo būdas pasižymi tuo, kad leidžia surinkti informaciją apie reikšmingas temas, suteikia tyrėjui laisvę vesti interviu norima linkme, bei yra itin plačiai taikomas (Braun ir Clarke, 2013; Girdzijauskienė, 2006). Interviu klausimai buvo pritaikyti specifiniam tyrimo tikslui ir pagrindiniams tyrime keliamiems klausimams. Interviu klausimai buvo formuluojami, siekiant atskleisti svarbiausius tyrimo dalyvių patirties aspektus klimato kaitos kontekste.

Tyrimo dalyviams atsiliesius į skelbimą kviečiantį dalyvauti tyrime, buvo asmeniškai tariamasi dėl susitikimo vietos ir laiko, atsižvelgiant į tiriamojo ir tyrėjo galimybes. Laikas ir vieta buvo derinami su tyrimo dalyviais, atsižvelgiant į tai, kad tiriamasis nebūtų pavargęs interviu metu bei turėtų pakankamai laiko atlikti interviu. Taip pat, kad tiriamasis galėtų saugiai ir nevaržomai pasidalinti savo patyrimu, pagrindinė sąlyga interviu vietos parinkimui buvo ta, kad patalpoje neturėtų būti pašalinių žmonių, nežiūrint tyrėjo ir tyrimo dalyvio. Svarbu atkreipti dėmesį, kad buvo galimas dalyvavimas nuotoliniu būdu, kuriuo pasinaudojo tik vienas tiriamasis. Nuotolinis interviu vyko „Google Meet“ programėlėje. Interviu pradėtas vykdyti po to, kai kiekvienas iš tyrimo dalyvių gyvai ar elektroniniu būdu pasirašė ir persiuntė / perdavė sutikimo formą tyrėjui. Sutikimo formoje buvo pateikiama trumpas tyrimo temos aprašymas, tyrimo tikslas, tyrimo eiga ir vykdymas bei konfidencialumo užtikrinimas (žiūrėti 2 priede). Visi likusieji interviu vyko gyvai, o popierinės sutikimų versijos pasirašytos ranka gyvo susitikimo metu. Keturi dalyviai buvo apklausti susitikimų kambaryje nacionalinėje Martyno Mažvydo bibliotekoje. Vienas iš interviu pokalbių buvo administruotas tyrėjo namuose, atsižvelgiant į tai, kad tiriamajam tai buvo patogiausias pasirinkimas.

Tyrimo vykdymo metu buvo stengiamasi sukurti jaukią, saugią ir patogią aplinką tiriamajam ir pačiam tyrėjui, kad tai nesukeltų papildomų sunkumų tyrimo vykdymui. Saugios ir patogios aplinkos užtikrinimui buvo atsižvelgta į tai, ar nėra dėmesį blaškančių veiksnių, ar patalpa yra saugi, ne per šalta ar šilta, ir ar pakankamai šviesi atlikti tyrimą (Jacob & Furgerson, 2012). Prieš interviu būdavo prisistatoma ir pristatoma tyrimo tema, su tyrimu susijęs konfidencialumo užtikrinimas bei galimybė atsisakyti tęsti interviu bet kuriuo metu ar neatsakyti į klausimus. Taip pat tyrimo dalyviams buvo primenama, kad viso interviu metu bus stengiamasi kreipti dėmesį bei kiek galima labiau pažvelgti ir atskleisti tiriamųjų individualią patirtį klimato kaitos kontekste. Prieš pradėdant interviu, tyrimo dalyviams buvo primenama, kad interviu bus įrašinėjamas ir kad visi tyrimo dalyvių asmeniniai duomenys bus saugomi ir publikuojami užkoduoti. Galiausiai tyrimo dalyvių buvo prašoma atsakyti į interviu klausimus.

Pagrindiniai interviu klausimai:

1. Papasakokite, ką žinote apie klimato kaitą?
2. Papasakokite, ką jums reiškia klimato kaita?
3. Kokios mintys kyla galvojant apie klimato kaitą?
4. Kokie jausmai kyla galvojant apie klimato kaitą?

Vykdant interviu, klausimai buvo užduodami nuosekliai, kaip pateikta viršuje. Interviu metu buvo naudojami aktyvaus klausymosi įgūdžiai bei buvo užduodami patikslinamieji klausimai. Į visus tiriamuosius buvo kreipiamasi antruoju asmeniu jų sutikimu. Interviu pabaigoje tiriamųjų buvo pasiteiraujama, ar dar yra kas nors, kuo norėtų pasidalinti ar ko dar nepaminėjo. Vidutiniškai pokalbiai su tyrimo dalyviais užtrukdavo 30 min. Dalyvių pokalbiai buvo įrašinėjami ir vėliau transkribuojami duomenų analizei atlikti. Kiekvienas interviu buvo transkribuojamas paties tyrėjo, iškart po atlikto interviu.

Surinkti duomenys bus saugomi tyrėjo asmeniniame kompiuteryje (kuris yra apsaugotas slaptažodžiu) atskirame faile su atskiru prieigos slaptažodžiu, kol baigiamasis darbas bus įvertintas.

Interviu pabaigoje tyrimo dalyviams buvo pasiūlytos iš anksto parengtos rekomendacijos, kur galima kreiptis psichologinės pagalbos, jei kiltų toks poreikis.

Per visą tyrimo laikotarpį – prieš ir po interviu – buvo vedamas savirefleksijos dienoraštis, kuris buvo skirtas fiksuoti mano, kaip tyrėjo, mintis, jausmus, nuostatas ir pastebėtus sunkumus. Tai buvo atliekama tam, kad būtų aiškiai suvokiamas mano, kaip tyrėjo, subjektyvumas, kuris gali paveikti tyrinėjamo reiškinio rezultatus. Nors ši tema man asmeniškai yra svarbi ir aktuali, remiantis Giorgi (2005) pasiūlytais kokybinės metodologijos principais, viso tyrimo metu stengiausi laikytis nuostatos, kad mano tyrimo dalyviai yra savo patyrimo ekspertai, o aš, kaip tyrėjas, stengiuosi pasinerti į kito žmogaus pasaulį be išankstinių vertinimų ar nuostatų.

Šiame tyrime buvo remiamasi indukcinė ir dedukcinė prieigomis, koduojant ir analizuojant duomenis. Pasak Braun ir Clarke (2006) Neįmanoma prieiti prie tyrinėjamo reiškinio vien tik indukciniu būdu, nes nėra visiškai įmanoma ignoruoti semantinį duomenų turinį. Tačiau, kombinuojant indukcinę ir dedukcinę preigas, buvo mėginama į tyrinėjamą reiškinį (nerimo dėl klimato kaitos patyrimą) pažvelgti kuo atviriau stengiantis atsiriboti nuo turimų žinių ir nuostatų (Fereday & Muir-Cochrane, 2006). Braun ir Clarke (2006) pabrėžia, kad teminės analizės metodas yra efektyvus metodas, kurį turėtų išmokti pradedantieji tyrėjai, dirbdami su kokybiniais tyrimais. Šis metodas pasižymi savo lankstumu, leidžia atskleisti ir ieškoti naujų įžvalgų apie analizuojamą temą, suteikia aiškias instrukcijas duomenų analizei, taip pat leidžia interpretuoti duomenis semantiniu ir latentiniu (kai nėra tiesiogiai atskleidžiama informacija) būdu (Braun ir Clare, 2006,2012). Taigi, teminės analizės metodas yra veiksmingas būdas nustatyti, analizuoti, tvarkyti ir aprašyti duomenų rinkinyje atsirandančias temas (Braun ir Clarke, 2006). Teminės analizės metodas gali būti taikomas, laikantis skirtingų reiškinio pažinimo pozicijų.

2.4 Duomenų analizė

Tyrimo duomenims analizuoti buvo pasirinktas teminės analizės metodas. Teminės analizės metodo pagalba buvo išskiriamos temos, naudojant tyrimo metu surinktus duomenis. Remiantis teminės analizės metodo principais, galima išsaugoti duomenų unikalumą ir gilumą, išsamiau analizuoti ir interpretuoti individualius tyrimo dalyvių pasakojimus, kuriuose ieškoma aiškiai įvardintų ir netiesiogiai išryškintų temų, kurios būtų susijusios su klimato kaitos nerimo patyrimo apibūdinimais.

Duomenų analizei atlikti buvo vadovaujama Braun ir Clarke 2006 m. teminės analizės žingsniais.

Susipažinimas su duomenimis. Duomenų transkribavimo etapą sudarė 6 perklaudyti ir perrašyti interviu. Transkribuojant pokalbį, svarbu pažvelgti į jo gylį bei plotį, stengtis kuo tiksliau nurodyti pauzes, neverbalines reakcijas (pvz.: nuostabą, juoką ar susierzinimą). Tai pat transkribuojant duomenis, svarbu atkreipti dėmesį į intonacijos ir emocijų ypatumus. Atlikus interviu transkribavimą, gautas tekstas turi būti perskaitytas dar kartą, kad būtų galima atskleisti naujas įžvalgas ir galimus kodus.

Pradinis duomenų kodavimas. Atlikus interviu pokalbius ir transkribavus į tekstą, tekstas skaidomas į smulkesnius vienetus kodavimui. Ypač svarbu atkreipti dėmesį į tai, kas galimai gali būti pasakyta netiesiogiai, dar kitaip „tarp eilučių“. Duomenų kodai, tyrėjo manymu – reikšminga informacija tyrinėjamam reiškiniui pažinti. Buvo ieškoma kuo daugiau pradinių kodų, kurių pavadinimai buvo žymimi teksto paraštėse naudojant programinę įrangą „ATLAS.ti“.

Temų paieška. Sukoduoti duomenys buvo dėliojami į grupes pagal prasmę, taip ieškant potemių ir temų. Svarbu pabrėžti, kad tie patys kodai galėjo patekti į skirtingas grupes.

Temų apžvalga. Atrinktas temas reikėjo dar kartą peržvelgti ir įvertinti dėl duomenų pakankamumo temose, temų prieštaravimų ar panašumų tarpusavyje. Dėl temų panašumų tam tikros temos buvo jungiamos kartu, tikslinamos ir skaidomos į potemes. Galiausiai, vėl iš naujo įvertinus temas, buvo sudaromas temų ir potemių sąrašas. Po galutinio įvertinimo buvo sudaromos temų (ir potemių) lentelės su kodais.

Temų įvardijimas ir apibrėžimas. Šiame etape buvo dar kartą peržvelgiamos atrastos temos, kurioms galiausiai buvo priskiriami temų pavadinimai ir apibūdinimai, nusakantys bendrą turimų duomenų istoriją.

Gautų rezultatų analizės rašymas. Tyrimo rezultatų analizė ir aptarimas, remiantis tyrimo dalyvių citatomis gautoms temoms apibūdinti. Temos ir tyrimo dalyvių citatos buvo nagrinėjamos susiejant gautų rezultatų duomenis, pagrindinius tyrimo klausimus bei kitų tyrimų įžvalgas.

Tyrimo duomenų tvarkymui ir analizei buvo naudojama kokybinių duomenų analizės programa „ATLAS.ti“. „ATLAS.ti“ yra kompiuterinė kokybinių duomenų analizės programinė įranga, palengvinanti kokybinių duomenų analizę kokybiniais, kiekybiniais tyrimams ir mišrių metodų tyrimams.

Stengiantis užtikrinti tyrimo validumą bei kokybę, buvo vadovaujamosi Yardley (2000) išskirtais kokybinių tyrimų patikimumo ir validumo kriterijais:

1. Jautrumas kontekstui (ang. Sensitivity to context), kuris remiasi susipažinimu su nagrinėjamu fenomenu bei tyrimo dalyvių autentiškumo pripažinimu.

2. Įsitraukimo ir tikslumo (ang. commitment and rigour), kuris remiasi ilgalaikio ryšio su tyrimo fenomenu kūrimu; savo kompetencijų ir metodų taikymo lavinimu; informatyvių duomenų rinkimu, tinkamai atlikta duomenų analize. Ryšys su tyrimo reiškiniu (nerimo dėl klimato kaitos patyrimas) buvo kuriamas domintis ir gilinantis į mokslinėje literatūroje egzistuojančią informaciją apie tyrinėjamą reiškinį.

3. Aiškumo ir skaidrumo (ang. transparency and coherence), kuris remiasi duomenų aiškumu, suprantamumu, aiškiai išdėstytais atlikto tyrimo etapais bei atliktos analizės tapatumas su tyrimo klausimais. Duomenų analizės kokybei užtikrinti buvo stengiamasi, kad išskirtos temos skirtūsi tarpusavyje, o savo “viduje” atspindėtų tą pačią tematiką.

4. Pritaikomumo ir prasmingumo (ang. impact and importance), kuris remiasi tyrimo pritaikomumu, praktiškumu ir naudingumu su tyrimo klausimais susijusiems žmonėms.

3. REZULTATAI IR JŲ APTARIMAS

Šiuo tyrimu buvo siekiama atskleisti jaunų suaugusiųjų nerimo dėl klimato kaitos patyrimą bei atsakyti į išsikeltus klausimus:

- Ką jauni suaugusieji žino apie klimato kaitą?
- Ką šis reiškinys jiems reiškia asmeniškai?
- Kokie yra emociniai su klimato kaita susiję jaunų suaugusiųjų patyrimai?
- Kokios mintys apie klimato kaitą jiems kyla?

Šioje dalyje bus pateikiami ir aptariami visų 6 tyrimo dalyvių rezultatai. Bus pristatytos visos teminės analizės metu išryškėjusios temų grupės.

2 lentelė. Teminės analizės rezultatai: pagrindinės temos ir potemės.

Temos	Potemės	Citatos
Klimato kaitos reiškinio suvokimas	Klimato kaitos kaip problemos vertinimas	„Aš jaučiu, kad tai yra problema, ir kad labai sunku ją suvaldyti.“ (Paulius)
	Neigiami klimato kaitos padariniai	„Labai matosi turbūt ir iš visų, a, nežinau, gamtinių reiškinų, visų gaisrų, kurie vyksta.“ (Ingrida)
	Nenatūralios klimato kaitą sukeliančios priežastys	„Visos mėsos industrijos poveikis klimato kaitai ir tada iš to seka „CO2“ emisijos, ir drabužių pramonė visa.“ (Ingrida)
Neigiami jausmai klimato kaitos atžvilgiu	Nerimas	„Kartais yra toks nerimas vien tik pagalvojus apie klimato kaitą.“ (Ingrida)
	Neviltis ir baimė	„Nelabai ką aš vienas galiu padaryti, bet jeigu ir norėčiau, nelabai ką galėčiau“ (Karolis)
	Pyktis	„Kartais pikta, kad žmogus toks abejingas“ (Gerarda)
Taikomos įveikos		„Ir pats bandau prisidėti nuo savęs“

reaguojant į klimato kaitą	<i>kažkiek, kiek galima, pavyzdžiui, per rūšiavimą” (Paulius)</i>
Pesimistiškas klimato kaitos perspektyvos matymas	<i>„...nežinau ar čia mes sušalsim (sukikeno). Aš nežinau, išdegsim. Nu tiesiog, taip atrodo.” (Gerarda)</i>

1 lentelėje pateikiamos 6 tyrimo dalyvių pasakojimų išskirtos temos, kurios atskleidžia jaunų suaugusiųjų patyrimą klimato kaitos kontekste. Kiekviena tema bus iliustruojama tyrimo dalyvių citatomis.

3.1 Klimato kaitos reiškinio suvokimas

Išryškėjo keletas pagrindinių temų, susijusių su klimato kaitos reiškinio suvokimu. Nenuostabu, kad visi tyrimo dalyviai daugiau ar mažiau suvokė klimato kaitą kaip problemą. Klimato kaita yra viena iš didžiausių žmonijos iššūkių 21 amžiuje, kuri nepaliks nepaliesto žmogaus, o klimato kaitos reiškiniai, tokie kaip potvyniai, karščio bangos ar gaisrai, nelieka nepastebėti dėl didžiulės neigiamos įtakos žmonių gyvenimams (Pörtner et al., 2022; Hornsey et al., 2016).

3.1.1 Klimato kaitos kaip problemos vertinimas

Didžioji dalis tyrimo dalyvių tiesiogiai ar ne tiesiogiai klimato kaitą vertino kaip problemą. Vieni tiesiogiai įvardino, kad klimato kaita yra problema, kiti ne taip akivaizdžiai: „Pavyzdžiui, va, kelintą kartą pokalbyje įvardinu, kad tai yra problema. Problema, problema... Nors kasdien apie tai nepagalvoji” (Paulius); „Iš tikrųjų, nors, kaip ir sakiau, kad kartais užmiršti apie klimato kaitą, bet kažkaip, viduje giliai tu jauti tą problemą” (Gerarda). Galima įžvelgti, kad, nors tyrimo dalyviai kiekvieną dieną negalvoja apie klimato kaitą, tačiau supranta šio reiškinio rimtumą, įvardindami jį kaip problemą. Toks tyrimo dalyvių klimato kaitos vertinimas neturėtų stebinti dėl klimato kaitos reiškinio masto, kuris paliečia visus, net tas žmonių grupes, kurios nesusiduria su tiesioginiais klimato pokyčių reiškiniais (Clayton, 2020; Hickman et al., 2021; Pörtner et al., 2022).

Jauni suaugusieji ir yra ta žmonių grupė, kuri daugiausiai ir dažniausiai naudojami informacinėmis technologijomis, kurios suteikia galimybę būti geriau informuotiems apie klimato krizę, o tai, savo ruožtu, didina jaunų suaugusiųjų suvokimą apie klimato kaitos krizę kaip problemą (Hornsey et. al., 2016).

Interviu metu buvo ir ne visai tiesioginio įvardijimo apie klimato kaitą kaip problemą, kuriai spręsti reikia imtis veiksmų: *„Kad tai yra reali situacija ir kad reikia kažką daryti bent mažais žingsniukais. Kiekvienas galim tiek padėti ir domėtis. Tai mintys apie klimato kaitą, kad vien tik žinoti, kad tai yra, neužtenka, reikia domėtis ir žiūrėti, kaip kiekvienas galime padėti iš savo perspektyvos.”* (Emilija); *„Klimatas Žemėje keičiasi į blogąją pusę, o su juo keičiasi visa gamta ir šiltėja pasaulis mūsų. Kai šiltėja, tai kalbama daug, kad keičiasi ekosistemos, nyksta gyvūnai, nyksta tam tikros žmonių rūšys, kurios galbūt gyvena ten, kur labai karšta, jiems ten išdžiūna vandens telkiniai ir pan. Man klimato kaita reiškia tokį kažkokį, truputį, kaip lėtą apokalipsę.”* (Severija). Šie pasidalinimai apie klimato kaitą parodo, kad tyrimo dalyviai suvokia klimato kaitą kaip kažką, kam reikia skirti papildomo dėmesio ar net pastangų kažką daryti dėl neigiamo poveikio žmonių gyvenimams. Tokie jaunų suaugusiųjų pastebėjimai sutampa su Lee ir kolegų (2020) tyrimo rezultatais, parodančiais jaunimo susirūpinimą, suvokiant klimato kaitą.

Taigi, iš šių tyrimo dalyvių pasidalinimų galima išvelgti, kad klimato kaita yra suvokiama kaip kažkas grėsmingo, kažkas, kas turi neigiamą konotaciją, o problemos konstrukto samprata apibrėžiama kaip dalykas ar situacija, kuri laikoma nepageidaujama ar žalinga ir kurią reikia spręsti ar įveikti, o tai puikiai įvardija Pauliaus pasisakymas: *„Aš jaučiu, kad tai yra problema, ir kad labai sunku ją suvaldyti. Nelabai tikiu, kad galima kažkaip efektyviai tai paimti ir sutvarkyti, ir manau, kad mūsų laikmečiu, visą laiką ši problema išliks.”* (Paulius). Šie tyrimo dalyvių pasidalinimai sutampa su Lietuvoje 2020 metais atliktos apklausos rezultatais, pagal kurią 73,8% jaunų suaugusiųjų sutiko arba greičiau sutiko su teiginiu, kad „klimato kaita kelia grėsmę mano kartos žmonėms”.

3.1.2 Neigiami klimato kaitos padariniai

Visi tyrimo dalyviai mini, kad klimato pokyčiai turi neigiamų padarinių ekosistemai ar žmonių gerovei. Paklausus Karolio, kokios mintys kyla galvojant apie klimato kaitą, Karolis įvardijo: *„tai atšilimas, ledynų tirpimas, daug ekstremalių orų, karščių, šalčių,*

sausrų, potvynių, tarša, gyvūnų nykimas, augalų nykimas.” (Karolis). Gerarda, kalbėdama apie klimato kaitą, negali būti tikra, kas laukia žmonijos ateityje, tačiau neprognozuoja gerų scenarijų: „*Nežinau, ar čia mes sušalsim, ar išdegsim, aš nežinau. Nu tiesiog, taip atrodo.*” (Gerarda). Nors klimato kaitos reiškinys yra natūralus ir nuolatos žemėje vykstantis procesas, kuris iš savęs nėra blogas ar geras, tačiau turintis neigiamą įtaką įprastam žmonių gyvenimui, vienas iš tyrimo dalyvių pasisakymų atskleidė, kad klimato kaitą supranta kaip reiškinį, kuris turi neigiamą įtaką dėl žalos žemei: „*Žinau, kad klimatas keičiasi ir kad nelabai į gerąją pusę, bent jau per pastaruosius metus, ir kad daro žalą mūsų žemei.*” (Emilija). Ingrida, galvodama apie klimato kaitą, teigia, kad vis dažniau pastebi įvairius su klimato pokyčiais susijusius reiškinius: „*Labai matosi turbūt ir iš visų, a, nežinau, gamtinių reiškinų, visų gaisrų, kurie vyksta. Kuriuos vis labiau ir labiau galima pastebėti, ten pastarosiomis vasaromis ir, tarkime, tos pačios karščio bangos Europoje ir t. t.*” (Ingrida). Dar vienas iš tyrimo dalyvių pabrėžia, kad besikeičiantis klimatas turi neigiamus padarinius ledynams, todėl kyla vandenynų ir jūrų lygis: „*Tai yra neigiamas efektas egzistuojantiems ledynams. Ledynams tirpstant, jūros lygis kyla, o dėl to salos ir pakrantės turi didelę riziką tiesiog būti užtvindytos. Vienuose pasaulio kraštuose ta problema didesnė, kitur mažesnė.*” (Paulius). Tyrimo dalyvių pasidalinimai apie dėl klimato kaitos gresiančius neigiamus padarinius sutampa su anksčiau atliktais tyrimais, kuriuose tiriamieji įvardijo patiriantys, suprantantys ar suvokiantys neigiamus klimato kaitos padarinius (Clayton, 2020; Hickman et. al., 2021; Soutar & Wand 2022).

3. 1. 3 Nenatūralios klimato kaitą sukeliančios priežastys

Pasak tyrimo dalyvių, klimato kaitai daugiausiai įtakos daro nenatūralūs veiksniai. Keli iš tyrimo dalyvių įvardijo, kad žmogus ir žmonių veikla yra viena iš pagrindinių priežasčių veikiančių klimato kaitą: „*Problema yra ta, kad tos visos didžiulės įmonės labai nestabdo savo veiklos, nu net nieko nekeičia, negalvoja kažkokių alternatyvų. Nu tiesiog, jie daro didžiausią žalą, bet jie apie tai negalvoja.*” (Gerarda); „*Klimato kaita, įsivaizduoju, tai yra žmogaus įtaka klimatui. Viskas, kas buvo po pramonės revoliucijos. Jei nebūtų žmogaus, tai tos klimato kaitos nebūtų.*” (Karolis). Ingrida savo pasidalinime tiksliau įvardija, kaip tam tikra žmogaus veikla daro įtaką klimato kaitai: „*Visos mūsų industrijos poveikis klimato kaitai ir tada iš to seka CO₂ emisijos, ir drabužių pramonė visa.*” (Ingrida). Taigi, matome, kad, tiriamųjų nuomone, klimato kaitai daugiausiai įtakos

daro žmogus ir jo veikla. Tačiau tik vienas iš tiriamųjų įvardijo, kad kaip ir kiti žmonės, taip ir jis pats prisideda prie klimato kaitos: *„Yra žmogaus veikla, kuri verčia klimatą keistis, ir dažniausiai mes kalbame apie klimato šiltėjimą dėl emisijų, dėl to, ką žmonės išmeta per gamyklas, per transportą. Pagrindė tai kiekvienas prisidedame prie klimato kaitos. <...> žinau tą populiarių pavyzdį apie karvių ir visų galvijų prisidėjimą prie klimato kaitos, kad per išmetamąsias dujas savo ir bezdalus prisideda gan ryškiai prie klimato kaitos, tai čia irgi toks dar smulkus akmenėlis į mėšėdžių žmonių daržą, nes dėl jų taip masiškai auginami.”* (Paulius). Iš šių pasisakymų galima kelti prielaidą, kad žmogus yra pagrindinis veiksnys, prisidedantis prie klimato kaitos. Iš tiesų yra žinoma, kad žmogaus veikla yra viena pagrindinių priežasčių paskatinusių spartų pasaulio šilimą, o tai savo ruožtu klimato kaitą (Karl & Trenberth, 2003). Dėl šio suvokimo, kad žmonių veikla ir žmonių gyvenimo būdas yra pagrindiniai veiksniai, prisidedantys prie klimato kaitos, gali kilti įvairiausių jausmų.

3. 2 Neigiami jausmai klimato kaitos atžvilgiu

Numanomas klimato kaitos poveikis bei žmonių suvokiama subjektyvi klimato kaitos patirtis yra neatsiejamas rizikos suvokimo ir emocinio atsako klimato kaitos atžvilgiu aspektai (Reser ir kt., 2014). Visi tyrimo dalyviai savaip išreiškė neigiamą emocinį atsaką į klimato kaitą. Tačiau dalyviams, kurie žinojo apie klimato kaitą mažiau, sunkiau sekėsi reflektuoti ir įvardinti jaučiamas emocijas klimato kaitos atžvilgiu.

3.2.1 Nerimas

Buvo išsakyta įvairių neigiamų jausmų klimato kaitos atžvilgiu, bet dažniausiai tyrimo dalyvių tiesiogiai ar netiesiogiai įvardijamas jausmas, galvojant apie klimato kaitą, buvo nerimas. Paklausus Gerardos, ką jai reiškia klimato kaita, Gerarda įvardijo: *„Tai man toksai, nežinau, didžiulis nerimas. Nors kaip ir sakiau, kad kartais užmiršti apie klimato kaitą, bet viduje giliai tu jauti tą problemą. Nu toks atrodo, nežinau. Toks nerimas ar taip ir pavadinčiau.”* (Gerarda). Interviu eigoje Gerarda dar kartą užsiminė apie tai, kas jai kelia nerimą klimato kaitos kontekste: *„Tu nesijauti ramus dėl savo ateities, tu nežinai, kas bus toliau. Tu nežinai, kaip tu gyvensi ir kas vyks, kad ir Lietuvoje.”* (Gerarda). Nerimas

Gerardai klimato kaitos kontekste asocijuojasi su nežinomybe, kaip ir kas bus toliau ateityje bei kokio gyvenimo reikės tikėtis, vykstant klimato kaitai. Dar viena iš tyrimo dalyvių tiesiogiai įvardijo jaučianti nerimą, galvodama apie tai, kas laukia ateityje dėl klimato kaitos: „*Tai toks didelis nerimas kažkaip dėl ateities, bet ir tokia nežinia iš tikrųjų, nes kaip ir nėra aišku, iš tikrųjų, kada viskas bus, kaip viskas bus, bent jau man kažkiek, nes aš nelabai daug žinau apie šitą temą. Tai va. Bet pagrinde sakyčiau nerimas.*” (Severija). Paulius, svarstydamas, kaip jį klimato kaita paliečia asmeniškai, teigė, kad jam tai sukelia tam tikrą nerimą: „*Kaip klimato kaita mane asmeniškai liečia? Kažkiek neramu, dėl ateities, kaip ir į ką tai išsirutulios.*” (Paulius). Matome, kad 4 iš 6 tyrimo dalyvių tiesiogiai įvardijo jaučiantys nerimą vien tik galvojant apie klimato kaitą ir ją suvokdami. Nenuostabu, kad jauni suaugusieji įvardija išgyvenantys tam tikrą nerimo lygį dėl klimato kaitos, nes klimato krizė yra reali grėsmė, o jie ir bus ta karta, kuri dėl klimato kaitos padarinių susidurs su daugiausiai sunkumų ir iššūkių.

Taigi, šie tyrimo rezultatai sutampa su mokslinėje literatūroje publikuojamais rezultatais (Clayton, 2020; Hickman et. al., 2021; Reyes et. al., 2021; Ogunbode et. al., 2022). Išryškėjo, kad dalyvių nerimas yra labai susijęs su negalėjimu kontroliuoti, nuspėti ateities, o tai savo ruožtu didina jaunų suaugusiųjų nerimą ir patvirtina anksčiau atliktų tyrimų rezultatus (Ojala, et. al., 2021). Pasak Pihkala (2020), klimato nerimas gali kilti ir iš neapibrėžtumo ir nuspėjamumo dėl ekologinių grėsmių, tokių kaip įvairūs ekstremalūs orų reiškiniai (potvyniai, sausros ir pan.). Iš tyrimo dalyvių pasisakymų galima išvelgti, kad neapibrėžtumas ir nuspėjamumas klimato kaitos kontekste, jauniems suaugusėms kėlė nerimą. Remiantis Tilich (1952) egzistencinės teorijas prielaida, galima išvelgti, kad nerimas, kurį patiria jauni suaugusieji dėl klimato kaitos, gali kilti per likimo ir mirties prizmę dėl neigiamų klimato kaitos projekcijų ateityje, kurios atsiskleidžia šiame tyrime (Budziszewska & Jonsson, 2021).

3.2.2 Neviltis ir baimė

Tyrimo dalyviams galvojant apie klimato kaitą, išryškėjo dar vienas dažnai patiriamas jausmas - neviltis. Gerarda ir Karolis nesijaučia, kad jie gali kažką pakeisti, dėl klimato kaitos: „*Nežinau, man tai toks beviltiškumas, nes tu nelabai gali kažką pakeisti. Nebent tu kažkokiu būdu susivienyti. Bet žmonės nelabai vienijasi į šiuos dalykus ir kažkaip atrodo, kad apima desperacija tokia. Nu tiesiog tu nesi įgalus. Vienas žmogus nėra įgalus*

kažką pakeisti.” (Gerarda), „Nelabai ką aš vienas galiu padaryti, bet jeigu ir norėčiau, nelabai ką ir galėčiau.” (Karolis). Ingridos nevilties jausmas klimato kaitos kontekste pasireiškia per jos nusivylimą politikų pasyvumu bei svarstymu apie galimą visuomenės negebėjimą pastebėti klimato krizės rimtumo: „Net žiūrint į politiką, kai vos ne čia, mūsų prognoze, jo, čia ant popieriaus gražiai atrodo, kad mes čia stengsimės daryti tą ir tą dėl klimato kaitos. Bet tai nėra pirmas, antras prioritetas. Tai turėtų būti, bet aš nežinau, gal tiesiog mūsų visuomenėje taip sunku pastebėti.” (Ingrida). Pauliaus atveju, neviltis pasireiškia per netikėjimą, kad kada nors bus įmanoma išspręsti klimato krizės problemą: „Aš jaučiu, kad tai yra problema, ir kad labai sunku ją suvaldyti. Nelabai tikiu, kad galima kažkaip efektyviai tai paimti ir sutvarkyti, ir manau, kad čia tiesiog mūsų laikmečiu, visą laiką ji ir išliks.” (Paulius). Gerardai galvojant apie klimato kaitą sukyla beviltiškumo bei nusiminimo jausmas, o jis kyla iš nežinomybės ir baimės dėl ateities bei manymo, kad ji viena nieko negali pakeisti dėl klimato: „Nežinau, man tai toks beviltiškumas, nes tu nelabai gali kažką pakeisti. Nebent tu kažkoku būdu susivienysi. Bet žmonės nelabai vienijasi ir kažkaip atrodo, kad desperacija tokia.” (Gerarda), „...tu nesijauti ramus dėl savo ateities, tu nežinai, kas bus toliau. Tu nežinai, kaip tu gyvensi ir kas vyks, kad ir Lietuvoje. Nu ta prasme, nežinau ar čia mes sušalsim (sukikeno). Aš nežinau, išdegsim. Nu tiesiog, taip atrodo.” (Gerarda). Kylančias mintis galvojant apie klimato kaitą Ingrida nusakė vienu žodžiu, leidžiant suprasti ne tik neviltį dėl ateities, bet ir baimę dėl to, kas lauks ateityje: „Blogos. Kartais būna ten pasiklausius, nors aš ir klausau, pavyzdžiui, podcast’o „Išpakuota“... jie, ta prasme, dalinasi visokiais gerais patarimais ir t. t., bet ir labai gerai nušviečia tą situaciją dabartinę. Ir jo kartais paklausius tiesiog pasidaro baisu. Ir tas ateina. Nežinau, gal toks beprasmybės jausmas, kad mes tokioje gilioje duobėje, ir vis tiek tai nėra vertinama kaip, nežinau, kaip “emergency”, kaip skubus atvejis.” (Ingrida). Nors Severija tiesiogiai neįvardija išgyvenanti baimės jausmą dėl klimato kaitos, tačiau infomracija, kuri pasiekia Severija, dažnai būna bauginančio pobūdžio” „nesu, kad ten labai daug žinočiau apie klimato kaitą, bet kiek išgirstu, tai yra labai daug gąsdinama (Severija). Kadangi nei vienas iš tyrimo dalyvių neįvardijo išgyvenantis neigiamus klimato kaitos padarinius dabarties laike, bet greičiau suvokdami gresiamas pasekmes ateityje, išgyveno tam tikrą neviltį.

Mokslinėje literatūroje yra dažnai minimas nevilties jausmas suvokiant ar išgyvenant klimato kaitos padarinius ar numanant juos ateityje (Pihkala, 2020). Išsakytas nusivylimas valdžios pasyvumu, sutampa su Hickman ir kitų (2021) tyrimo rezultatais.

Tyrimuose nagrinėjančiuose emocinį atsaką į klimato kaitą, dažnai išryškėja nevilties jausmas dėl klimato kaitos, kuris kur kas dažniau pasireiškia tarp aplinkosaugos aktyvistų (Fritze, et. al., 2008; Nairn, 2019). Baimė iš egzistencinės perspektyvos gali būti aiškinama, kaip savo trapumo, mirtingumo suvokimas klimato krizės akivaizdoje, o tai savo ruožtu kelti baimę. Taip pat, nerimas ir baimė yra du vienas kitam artimi konstruktai, kurie dažnai gali persipinti ar pasireikšti panašiose situacijose.

3. 2. 3. Pyktis

Pyktis buvo dar viena iš neigiamų emocijų, pasireiškusi tarp tyrimo dalyvių. Nors dalyvių tarpe tik Gerarda ir Severija tiesiogiai įvardijo patiriančios pyktį, kuomet buvo šnekama apie žmonių daromą įtaką klimato kaitai ar žmonių klimato kaitos ignoravimą: „*Problema yra ta, kad tos visos didžiulės įmonės labai nestabdo savo veiklos, nu net nieko nekeičia, negalvoja kažkokių alternatyvų. Nu tiesiog, jie daro didžiausią žalą, bet jie apie tai negalvoja.*” (Gerarda), „*Kartais pikta, kad žmogus toks abejingas*” (Gerarda), „*Nu, tarkim, žmonės, kurie netiki klimato kaita, ir žmonės, kurie galbūt tiki, ir tada tie, kurie netiki, čia maždaug, pradeda labai kovoti su tais, kurie tiki. Tai man tas kelia tokį pyktį, kažkokį šiek tiek. Kaip žmonės gali taip vat galvoti.*” (Severija). Ingrida taip pat išreiškė pasipiktinimą dėl to, kad į Žemės planetą yra žiūrima kaip į objektą, kurį galima naudoti savo naudai ir atsisakyti išnaudojus: „*Elonas Muskas ten šneka apie gyvenimą Marse ir t. t.. Yra žmonių, kurie labai tuo tiki ir tikrai galvoja, kad čia yra nuostabi vizija, ar kad čia nu tai gerai išėikvosime visus šaltinius mūsų žemėje ir tada varom, nežinau, išnaudoti kitą, kitą planetą ar dar. Bet man nežinau. Mano nuomone, tai čia visiškas kosmosas ir nesąmonė*”. (Ingrida). Šiuose dalyvių pasisakymuose atsiskleidė, kad dalyviai daugiausiai pyko dėl žinomo arba numanomo kompanijų / įmonių neveiklumo bei žmonių abejingumo ir ignoravimo sprendžiant klimato krizės problemą.

Iš psichodinaminės perspektyvos yra žinoma, kad pyktis gali dažnai pasireikšti iš nerimo, kaltės ar traumuojančių patirčių. Taigi, nepasitenkinimas įmonių ir kompanijų pastangomis spręsti klimato krizės problemą bei jų daroma žala klimatui, dalyviams kelia pykti. Tačiau, šitoks emocinis atsakas gali būti aiškinamas tuo, kad galbūt šitaip tyrimo dalyviai ginasi nuo asmeninės kaltės, kurie jie jaučia dėl savo mažo indelio sprendžiant klimato krizės problemą. Pasak Pihkala (2020), pyktis yra viena iš dažniausiai pasireiškiančių emocijų klimato kaitos kontekste, o tai patvirtina ir šio tyrimo duomenys (.

Taip pat, pyktis pasireiškia tada, kada yra kreipiamas dėmesys į žmonių, visuomenės ar didžiausią įtaką klimato kaitai turinčių kompanijų / įmonių abejingumą, pasyvumą dėl klimato kaitos (Stanley et. al., 2021).

3. 3. Taikomos įveikos reaguojant į klimato kaitą

Visi tyrime dalyvavę asmenys, prieš sutikdami dalyvauti tyrime, buvo informuoti apie tyrimą klimato kaitos tema. Taigi, visi tyrime dalyvavę asmenys turėjo tam tikrą santykį su klimato kaita. Atlikus tyrimą išaiškėjo, kad visi tyrimo dalyviai daugiau ar mažiau žinojo apie vykstančius klimato pokyčius bei turėjo susidarę tam tikrą nuomonę bei atskleidė, koks yra jų santykis su klimato kaita.

Aptarus, ką tyrimo dalyviai žino, ką jiems reikia, kokios mintys bei jausmai kyla galvojant apie klimato kaitą, išaiškėjo, kad trys iš šešių dalyvių vienu ar kitu būdu mėgina prisidėti prie klimato krizės problemos sprendimo. Viena iš tyrimo dalyvių teigė, kad ji stengiasi įtraukti tam tikrus aplinkai tvarius sprendimus savo gyvenime: *„Nu pavyzdžiui, tas pats ten rūšiavimas ar atsisakymas ten greitosios mados, arba išvis mažesnis vartojimas bet kokių dalykų. Ar tai būtų drabužiai, ar tai būtų bet kokie daiktai... Aš žinau, kaip svarbu tai yra, tai stengiuosi, nors aš esu vienas žmogus, bet vis tiek aš stengiuosi kažkaip tai įdėti į savo gyvenimą irgi.”* (Ingrida). Paulius ir Severija taip pat įvardijo, kad rūšiavimas jiems yra svarbu bandant prisidėti prie klimato krizės problemos sprendimo: *„Ir pats bandau prisidėti nuo savęs kažkiek, kiek galima, pavyzdžiui, per rūšiavimą. Kažkiek tas yra susiję su neteršimu dėl perdirbimo. Ir jo. Man tai yra svarbu.”* (Paulius), *„Nu pavyzdžiui, su tuo, tarkim, šiukšlių rūšiavimu. Kaip ir esu girdėjusi nuomonių, kad kaip ir tai iš tikrųjų nelabai padeda, nu bet aš vis tiek stengiuosi rūšiuoti, bet aišku, ne visada pavyksta taip, kaip nori.”* (Severija). Nors Severija teigė, kad yra girdėjusi įvairių nuomonių apie tai, kad rūšiavimas galbūt ir nepadeda spręsti klimato krizės, bet ji vis tiek stengiasi rūšiuoti nepriklausomai nuo skirtingų įsitikinimų, o tai parodo jos atsakingumą klimato kaitos atžvilgiu. Pauliaus socialiai atsakingas elgesys pasireiškia ir per jo įsitikinimą, kad yra privaloma pastoviai kalbėti apie klimato kaitą, kad įvyktų teigiamas pokytis klimato kaitos atžvilgiu: *„Reikia pastoviai apie tai kalbėti ir žmonėms vis priminti, nes normaliomis sąlygomis tai niekaip nebus liečiama. Bent jau žmonių lygyje. Aš manau, kad per žinias, per dar kokius kanalus turėtų būti nuolat kartojama, kad tai yra problema, kad žmonės visą laiką tai nešiotųsi kažkur galvoje.”* (Paulius)

Iš tyrimo dalyvių pasisakymų galima matyti, kad patys dalyviai veikia daugiau individualiu lygmeniu, darydami tai, ką, jų nuomone jie gali padaryti patys. Tačiau tik vienas dalyvis užsiminė apie tai, kad klimato krizės problema turėtų būti sprendžiama visuomeniniu lygmeniu, įtraukiant visus žmones, ne tik individualiais sprendimais. Tokį jaunų suaugusiųjų elgesį gali skatinti tai, kad jie supranta klimato kaitos keliamas grėsmes bei jaučiasi atsakingi už savo ir kitų ateitį, o tai verčia jaunus suaugusiuosius būti socialiai atsakingus klimato kaitos atžvilgiu (Han & Ahn, 2020; Hickman, et. al., 2021). Tvarus elgesys šiuo atveju gali būti kaip nerimą mažinanti įveika. Jeigu nerimas nėra per daug stiprus, tada jis gali būti kaip motyvuojantis veiksnys įsitraukti į aplinką tausojantį elgesį, kaip į problemos sprendimą nukreipta įveika, dar kitaip, kaip adekvatus atsakas (Clayton, 2020; Ojala, et. al., 2021).

3. 4. Pesimistiškas klimato kaitos perspektyvos matymas

Visi tyrimo dalyviai turėjo susidaryti vienokį ar kitokį vaizdą apie tai, kas yra ir kaip atrodo klimato kaita bei kaip ji pasireikš ateityje. Iš to, kaip tyrimo dalyviai dalinosi mintimis apie klimato kaitą, atsiskleidė, kad beveik visi tyrimo dalyviai klimato kaitą mato neigiamai ir kad ateityje bus tik blogiau. Beveik visi tyrimo dalyviai, 5 iš 6, į klausimą „kokios mintys kyla galvojant apie klimato kaitą“ atsakė neigiamai. Karolis daug negalvodamas atsakė remdamasis neigiamais klimato kaitos padariniais: „*Mintys... (Pauzė) Tai atšilimas, ledynų tirpimas, daug ekstremalių orų, karščių, šalčių, sausrų, potvynių, tarša, gyvūnų nykimas, augalų nykimas.*” (Karolis). Gerardai galvojant apie klimato kaitą sukyla beviltiškumo bei nusiminimo jausmas, o jis kyla iš nežinomybės dėl ateities bei manymo, kad ji viena nieko negali pakeisti dėl klimato: „*Nežinau, man tai toks beviltiškumas, nes tu nelabai gali kažką pakeisti. Nebent tu kažkoku būdu susivienysi. Bet žmonės nelabai vienijasi ir kažkaip atrodo, kad desperacija tokia.*” (Gerarda), „*...tu nesijauti ramus dėl savo ateities, tu nežinai, kas bus toliau. Tu nežinai, kaip tu gyvensi ir kas vyks, kad ir Lietuvoje. Nu ta prasme, nežinau ar čia mes sušalsim (sukikeno). Aš nežinau, išdegsim. Nu tiesiog, taip atrodo.*” (Gerarda). Kylančias mintis galvojant apie klimato kaitą Ingrida nusakė vienu žodžiu, leidžiant suprasti, koks pesimistiškas požiūris yra apie klimato kaitą ir kad ateitis neatrodo gerai: „*Blogos. Kartais būna ten pasiklausius, nors aš ir klausau, pavyzdžiui, podcast'o „Išpakuota“... jie, ta prasme, dalinasi visokiais gerais patarimais ir t. t., bet ir labai gerai nušviečia tą situaciją dabartinę. Ir jo kartais*

paklausius tiesiog pasidaro baisu. Ir tas ateina. Nežinau, gal toks beprasmybės jausmas, kad mes tokioje gilioje duobėje, ir vis tiek tai nėra vertinama kaip, nežinau, kaip “emergency”, kaip skubus atvejis.” (Ingrida), „ ... A... jo, ta ateitis neatrodo labai gražiai.” (Ingrida). Pauliaus pirmas mintis, galvojant apie klimato kaitą, sudarė tai, kokie neigiami padariniai laukia ateityje dėl klimato kaitos: „Mano pirmos mintys ir yra apie tai, kad nebeturėsime žiemos, apie tai, kad gal kada nors Klaipėda bus užlieta, gal kitos vietos pasaulyje.” (Paulius), „Tai man klimato kaita pirmiausiai kelia tokias neigiamas mintis. Aš jaučiu, kad tai yra problema, ir kad labai sunku ją suvaldyti. Nelabai tikiu, kad galima kažkaip efektyviai tai paimti ir sutvarkyti. Ir manau, kad čia tiesiog mūsų laikmečiu, visą laiką ši problema išliks.” (Paulius). Severijos pesimistiškas požiūris į klimato kaitą pasireiškia per jos suvokimą, kad žmonija juda link susinaikinimo bei neigiamų naujienų ar pasisakymų apie klimato kaitą iš aplinkos: „Man tai kyla toks šiek tiek nerimas dėl visko, nes nu ir aš nesu, kad ten labai daug žinočiau apie klimato kaitą, bet kiek išgirstu, tai yra labai daug gąsdinama, kad čia po kažkiek tai metų mes nebegalėsime gyventi, kaip gyvenę, kad galbūt ateities kartoms bus dar blogiau... ” (Severija), „ ...viskas po truputėlį (susimąstė) eina link tokios labai didelės destruktijos.” (Severija).

Remiantis tyrimo duomenimis, pesimistiškam klimato kaitos perspektyvos matymui daugiausiai įtakos turėjo iš aplinkos priimama informacija, ar tai būtų žiniasklaida, socialinės medijos, ar dalyvių socialinis ratas. Mokslinėje literatūroje, taip pat ir žiniasklaidoje, daugiausiai dėmesio yra skiriama neigiamiems klimato kaitos padariniams. Mokslininkų projektuojama ateitis klimato kaitos kontekste iš tiesų neturi optimistiškos ateities. Geriausiu atveju, jei žmonijai pavyktų sustabdyti klimato šilimą per ateinančius dešimtmečius, klimato pokyčiai vis tiek turėtų didžiulių neigiamų padarinių visai ekosistemai ir žmonių gerovei (Pörtner et. al., 2022). Taigi, šis neigiamas klimato kaitos padarinių suvokimas yra realybės priėmimas, kad ir kokia nemaloni ji bebūtų. Kaip ir šiame, taip ir ankstesniuose tyrimuose yra pastebima, kad jauni suaugusieji neigiamai regi ateitį klimato kaitos kontekste dėl realios ar suvokiamos grėsmės ateityje (Hickman et. al., 2021).

3. 5 Rezultatų apibendrinimas

Apibendrinant rezultatus bus pateiktos svarbiausios įžvalgos ir rezultatai, išanalizavus, kaip jauni suaugusieji patiria nerimą dėl klimato kaitos.

Pirma, visi tyrimo dalyviai buvo aiškiai įsisąmoninę vykstančią klimato kaitą. Visi dalyviai, tiesiogiai ar ne taip akivaizdžiai, įvardijo, kad klimato kaita yra problema. Atlikus duomenų analizę, atskleista, kad jauni suaugusieji klimato kaitą suvokia kaip įvykį, kuris turi ar turės neigiamų padarinių žmonėms, ekosistemai ar klimatui. Yra žinoma, kad klimato krizė yra vienas didžiausių 21 amžiaus iššūkių, todėl nenuostabu, kad jauni suaugusieji yra įsisąmoninę žemėje vykstančius klimato pokyčius. Tyrimo dalyvių sąmoningumas apie klimato kaitą pasireiškė per įsisąmoninimą vykstančius neigiamus klimato kaitos padarinius, tokius kaip ledynų tirpimas, ekstremalūs orų pokyčiai, sausros, gaisrai, potvyniai ir pan. Nors Lietuva yra viena labiausiai klimato kaitos paveiktų šalių Europoje (GreenMatch, 2020), Lietuva nepatenka į klimato zoną, kurioje pasireiškia ekstremalūs orų reiškiniai, potvyniai ar sausros dėl klimato kaitos, tačiau BNS atliktos apklausos duomenimis, didžioji dalis tyrime dalyvavusių asmenų mano, kad klimato kaita kelia grėsmę (Beniušis, 2020). Dėl didelės technologijų pažangos 21 amžiuje informacija tapo ypač lengvai prieinama bei skleidžiama, todėl dažniausiai jauni suaugusieji apie vykstančią klimato kaitą ir jos neigiamus padarinius sužino iš socialinių medijų ar žiniasklaidos (Pihkala, 2020; Clayton, 2020). Dalyviai taip pat atskleidė aiškiai suvokiantys klimato kaitos priežastis, o pagrindinėmis iš jų laikė į orą išmetamas anglies dvideginio dujas bei kitas šiltnamio efektą sukeliančias dujas, mėsos pramonę, įmonių veiklą bei žmonių veiklą bendrai. Kaip ir šiame, taip ir kituose tyrimuose yra aiškiai suvokiama neigiama žmonių veiklos įtaka klimato kaitai (Pörtner et. al., 2022). Taigi, nors viena tyrimo dalyvė mažiau nei kiti žinojo apie vykstančią klimato kaitą, jos priežastis ir pasekmes, likusieji dalyviai buvo aiškiai įsisąmoninę vykstančią klimato kaitą, jos priežastis bei padarinius.

Antra, tyrime atsiskleidusios temos parodė, kad jauni suaugusieji išgyvena neigiamas emocijas klimato kaitos atžvilgiu. Šio tyrimo rezultatai sutampa su anksčiau atliktų tyrimų rezultatais (Albrecht, et. al., 2007; Doherty, & Clayton, 2011; Rees et. al., 2015; Clayton, 2020; Hickman et. al., 2021; Reyes et. al., 2021; Ogunbode et. al., 2022). Viena iš pagrindinių neigiamų emocijų, kurią dažniausiai įvardindavo tyrimo dalyviai, buvo nerimas. Šis emocinis atsakas į klimato kaitą yra dažniausiai pasireiškianti emocija visose amžiaus grupėse bei skirtingose pasaulio vietose, nepriklausomai nuo to, ar asmenys, patiriantys nerimą dėl klimato kaitos, susiduria su tiesioginiais klimato kaitos reiškiniais, ar ne (Pihkala, 2020; Clayton, 2020; Hickman et. al., 2021). Šiame tyrime dalyvius labiausiai neramina nežinomybė dėl ateities bei galimi neigiami klimato kaitos

padariniai ateityje. Be to, nerimą išgyvenantys jauni suaugusieji galimai patvirtina Paul Tillich egzistencinio nerimo teorijoje keliamas prielaidas, kad nerimas kyla iš likimo ir mirtingumo, tuštumos ir beprasmybės, savęs kaltinimo ir pasmerkimo klimato kaitos akivaizdoje, kuomet yra suvokiamas neapibrėžtumas, neužtikrintumas bei galimos neigiamos klimato kaitos pasekmės.

Taip pat atsiskleidė dar dvi neigiamos emocijos – neviltis ir pyktis. Šios emocijos taip pat yra aptinkamos ankstesniuose tyrimuose (Fritze et. al., 2008; Cianconi et. al., 2020; Hickman et. al., 2021). Neviltį jauni suaugusieji patiria manydami, kad jie nieko negali padaryti dėl klimato krizės, kad jie yra bejėgiai kažką pakeisti klimato kaitos akivaizdoje, kai tai yra pasaulinio masto krizė. Tuo tarpu pyktis jaunų suaugusiųjų tarpe pasireiškia per įsitikinimą, kad įmonės, korporacijos bei atsakingi valstybės vadovai nesiima atitinkamų veiksmų bei ignoruoja klimato krizės problemą (Hickman et. al., 2021)

Trečia, išryškėjo skirtingi įveikos būdai reaguojant į klimato kaitą. Šios įveikos pasireiškė per atsakingą dalyvių elgesį klimato kaitos atžvilgiu. Nors tyrimo dalyvių nebuvo tiesiogiai klausama, ką jie patys daro dėl klimato kaitos švelninimo, tačiau penki iš šešių tyrimo dalyvių įvardijo, kad jiems rūpi klimato kaitos tema ir jie stengiasi prisidėti, kas kaip moka ir gali, prie klimato krizės problemos sprendimo. Tokį jaunų suaugusiųjų elgesį gali skatinti įsisaugojimas klimato kaitos keliamas grėsmes ir atsakomybės jausmas už savo ir kitų ateitį arba toks elgesys gali būti kaip nerimo ar bendrai neigiamų emocijų įveika klimato kaitos kontekste (Han & Ahn, 2020; Pihkala, 2020; Clayton, 2020; Ojala, et. al., 2021; Hickman et al., 2021). Taip pat, vienas iš įveikos būdų reaguojant į klimato kaitą, buvo pesimistiškas dalyvių požiūris į klimato kaitą. Nors Lietuva nepatenka į klimato zoną, kurio pasireikštų ekstremalūs orų reiškiniai, potvyniai ar sausros, kurie turėtų įtakos neigiamam klimato kaitos perspektyvos formavimui jaunų suaugusiųjų tarpe, galimai tam įtakos turi mokslas bei žiniasklaida. Mokslininkų projekcijos dėl ateities klimato kaitos kontekste iš tiesų nėra palankios. Pačiu geriausiu atveju, jei žmonėms pavyktų sustabdyti klimato šilimą per artimiausius dešimtmečius, klimato pokyčiai vis dar turėtų labai neigiamą poveikį visai ekosistemai ir žmonių gerovei (Pörtner et al., 2022). Žiniasklaidos pateikiamas klimato kaitos naratyvas taip pat turi didelę reikšmę tam, kaip žmonės patiria ir suvokia klimato kaitą (Pihkala, 2020; Clayton, 2020). Šio tyrimo rezultatai sutampa su 2020 metais Lietuvoje atliktos apklausos rezultatais, kad didžioji jaunų suaugusiųjų dalis mano, kad klimato kaita kelia grėsmę jų kartos žmonėms. Taip pat kaip ir šiame, taip ir ankstesniuose tyrimuose yra pastebima, kad jauni suaugusieji

neigiamai regi ateitį klimato kaitos kontekste dėl realios ar suvokiamos grėsmės ateityje (Hickman et. al., 2021).

3. 5. 1 Tyrimo ribotumai ir rekomendacijos tolimesniems tyrimams

Visų pirma, kokybiniai tyrimai paprastai apima mažą imties dydį, dažnai atrenkamą tikslingai. Nors šiuo atveju tyrimo dalyviai buvo atrenkami atsitiktinai taikant tik amžiaus kriterijų, tai neparodo bendro vaizdo, kaip jauni suaugusieji patiria klimato kaitą dėl ypač mažo imties dydžio. Dėl to išvados negali būti apibendrinamos platesnei populiacijai ar taikomos įvairiuose kontekstuose.

Antra, kokybiniai tyrimai yra grindžiami subjektyvia tyrimo dalyvių patirtimi apie tyrinėjamą patyrimą bei tyrėjo subjektyviomis interpretacijomis. Tyrimo kokybė labai priklauso nuo tyrėjo perspektyvų bei sprendimų. Tiek tyrėjo, tiek dalyvių šališkumas gali turėti įtakos duomenų rinkimui, analizei ir interpretavimui. Kokybinių duomenų aiškinimas apima subjektyvų vertinimą, todėl kyla pavojus neteisingai interpretuoti arba klaidingai pristatyti dalyvių perspektyvas ar patirtį. Kokybiniai tyrimai yra atliekami vadovaujantis tam tikromis kokybinių tyrimų metodikomis bei teorijomis, šiuo atveju fenomenologine teorija, kuri siekia išlaikyti dalyvių patirties tikslumą atmetant bet kokias išankstines interpretacijas ar nuostatas (Giorgi, 2005). Taigi tyrėjai privalo būti aiškiai apgalvoję taikomos kokybinės prieigos metodą bei aiškiai suprasti ir žinoti galimą savo šališkumą tyrimo rezultatams ir išvadoms.

Trečia, kokybinio tyrimo metu dalyviai gali būti linkę pateikti socialiai pageidaujamus atsakymus arba pateikti save taip, kaip norisi tyrimo dalyviams. Toks tyrimo dalyvių elgesys gali turėti įtakos gautos informacijos tikslumui ar gyliui. Kad to būtų išvengta, tyrėjai turėtų užmegzti tokį ryšį, kuris būtų pagrįstas pasitikėjimu bei sukurtų tokią aplinką, kad paskatintų sąžiningą ir atvirą tarpusavio bendravimą. Tačiau, svarbu pripažinti, kad socialiai priimtino elgesio visiškai išvengti nėra įmanoma, todėl svarbu imtis priemonių iš anksto, kad tai būtų sumažinta iki minimumo (Bergen & Labonté, 2020).

Ketvirta, vienas iš tyrimų trūkumų buvo tas, kad nebuvo atsižvelgta į tyrimo dalyvių elgesio komponentą, tyrinėjant jaunų suaugusiųjų klimato kaitos patyrimą. Šiame

tyrime į klimato kaitos nerimo patyrimą jaunų suaugusiųjų tarpe buvo žvelgiama iš kognityvinio lygmens, ką galvoja, mąsto ir žino apie klimato kaitą bei iš emocinio.

Penkta, svarbu atsižvelgti, kad dėl patirties trūkumo atliekant kokybinius tyrimus, galimi tam tikri tyrimo netikslumai.

Nepaisant šių tyrimo ribotumų, kokybiniai tyrimai suteikia vertingų įžvalgų tyrinėjant subjektyvius žmonių patyrimus, patirtis ar suvokimus, kurių kiekybiniai metodai detalai negali iširti. Taigi, ateityje yra reikalingi tolimesni tyrimai, kurie mėgintų atskleisti ne tik jaunų suaugusiųjų, bet ir kitų amžiaus bei žmonių grupių nerimą dėl klimato kaitos patyrimą. Siekiant atskleisti nerimo dėl klimato kaitos paplitimą Lietuvoje, būtų tikslinga atlikti ir kiekybine metodologija grįstus tyrimus. Taip pat, kiekybiniais tyrimais būti vertinga tirti ir tai, kaip šį nerimą patiria pažeidžiamiausios žmonių grupės, kad būtų galima įvertinti pagalbos poreikį bei nustatyti galimus rizikos ir apsauginius veiksnius, klimato kaitos nerimą patiriantiems žmonėms. Šios krypties tolimesni tyrimai yra reikalingi tam, nes yra randama sąsajų rodančių klimato kaitos nerimo dažnumą ir intensyvumą tarp klimato kaitos specialistų, soc-ekonomine padėtimi, tam tikrais asmenybės bruožais (kaip neurotiškumas), esamais psichikos sveikatos sutrikimais ir t. t. (Dodgen et. al., 2016; Clayton, 2020; Budziszewska & Jonsson, 2021; Hickman, et. al., 2021; Hwong et. al., 2022)

REKOMENDACIJOS

Remiantis gautais tyrimo rezultatais, galime išskirti keletą aspektų, kurie gali būti naudingi asmenims, patiriantiems su klimato kaita susijusį nerimą ar kitas neigiamas emocijas, bei psichikos sveikatos specialistams, dirbantiems su nerimą ar kitas neigiamas emocijas dėl klimato kaitos patiriančiais asmenimis:

- Asmenims, kurie išgyvena nerimą ar neigiamas emocijas dėl klimato kaitos, gali susidaryti įspūdis, kad tai nėra rimta ar realu dėl skiriamo mažo dėmesio šiai temai Lietuvoje. Tačiau svarbu suprasti, kad klimato kaita yra reali grėsmė, todėl gali kelti įvairiausių neigiamų emocijų, pavyzdžiui, nerimą ar baimę (Clayton, 2020; Pihkala, 2020), o ypač nerimas, patiriamas dėl klimato kaitos, yra dažnas reiškinys jaunų suaugusiųjų tarpe (Hickman et. al., 2021).

- Svarbu suprasti, kad kiekvienas gali kontroliuoti tik tai, kas jų jėgoms. Tai reiškia, kad kiekvienas žmogus yra atsakingas už savo veiksmus ir poelgius, ir kiekvieno prisidėjimas prie klimato krizės problemos sprendimo gali turėti didelę reikšmę ne tik individualiu, bet ir bendruomeniniu lygmeniu (Taylor, 2020).

- Aktyvus įsitraukimas į žaliuosius judėjimus (Fridays for Future; Extinction Rebellion Lietuva ir pan.) ar tvaresnių, gamtai draugiškesnių įpročių, susijusių su energijos naudojimu, rūšiavimu, perdirbimu, vartotojiškumu ir kt., pritaikymas asmeniniame gyvenime gali teigiamai prisidėti prie jaunų suaugusiųjų geresnės psichikos sveikatos klimato kaitos kontekste (Clayton et. Al., 2017; Pihkala, 2020; Baudon & Jachens, 2021).

- Kadangi klimato kaitos tema psichikos sveikatos kontekste yra mažai žinoma ne tik plačiąja prasme, bet ir mokslinėje literatūroje, yra svarbu kalbėtis ir dalintis su kitais apie išgyvenamas neigiamas emocijas klimato kaitos atžvilgiu. Dalinimasis apie asmenines patirtis klimato kaitos kontekste suteikia galimybę jaustis išgirstam, suprastam ir priimtam, o tai, savo ruožtu, gerina psichikos sveikatą.

- Dėl dažnėjančių neigiamų pasekmių, susijusių su klimato kaita, yra labai svarbu plėsti psichikos sveikatos specialistų žinias apie pasaulinės klimato krizės įtaką žmonių fizinei bei psichikos sveikatai. Todėl ši tema turėtų būti įtraukta į psichikos sveikatos specialistų rengimo programas, mokymus (Clayton et. Al., 2017; Baudon & Jachens, 2021).

- Gerinant jaunų suaugusių psichikos sveikatą, svarbu, kad psichikos sveikatos specialistai prisidėtų prie visuomenės, politikų švietimo apie pasaulinės ekologinės krizės įtaką žmonių psichikos sveikatai ir galimus pagalbos būdus (Clayton et. Al., 2017; Hickman et. al., 2021).

- Svarbu skatinti ir rinkti tuos valdžios atstovus, kurie prisiimtų atsakomybę už klimato krizės problemos sprendimą, šitaip mažinant jaunimo / jaunų suaugusiųjų asmeninę atsakomybę už klimato kaitą bei su tuo susijusį nerimą (Hickman et. al., 2021).

IŠVADOS

1. Analizuojant jaunų suaugusiųjų nerimo dėl klimato kaitos patyrimą, buvo išskirtos 4 temos: a) Klimato kaitos reiškinių įsisąmoninimas; b) Neigiami jausmai klimato kaitos atžvilgiu; c) Santykis klimato kaitos atžvilgiu; d) Klimato kaitos perspektyvos matymas.

2. Tyrimo dalyviai buvo aiškiai įsisąmoninę vykstančią klimato kaitą, aiškiai suvokė priežastis, jos neigiamus padarinius žmonėms, ekosistemai ar klimatui bei klimato kaitos reiškinių traktavo kaip problemą.

3. Neigiamos emocijos, kurias jauni suaugusieji patiria klimato kaitos atžvilgiu, buvo: nerimas, pyktis, neviltis ir baimė, o jas minėjo kalbėdami apie neužtikrintumą dėl ateities, neigiamų klimato kaitos pasekmių nuspėjamumą bei grėsmę.

4. Jauni suaugusieji pasižymėjo skirtingomis takomomis įveikomis reaguojant į klimato kaitą: socialiai atsakingu elgesiu klimato kaitos atžvilgiu arba pesimistišku požiūriu į klimato kaitą.

LITERATŪROS SĄRAŠAS

- 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*(sup1), S95-S98. <https://doi.org/10.1080/10398560701701288>
- Albrecht, G. (2011). Chronic environmental change: Emerging 'psychoterratic' syndromes. *Climate change and human well-being: Global challenges and opportunities*, 43-56. https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-1-4419-9742-5_3
- Albrecht, G. (2012). Psychoterratic conditions in a scientific and technological world. *Ecopsychology: Science, totems, and the technological species*, 241-264. https://books.google.lt/books?hl=en&lr=&id=d5z47UwQ7dsC&oi=fnd&pg=PA241&ots=jwz40No_3_&sig=E8mljv781fg4s64ufG0LLGo8gxk&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false
- Albright, & Hurd, N. M. (2023). Activism, social support, and trump-related distress: Exploring associations with mental health. *Journal of Diversity in Higher Education*, *16*(1), 1–12. <https://doi.org/10.1037/dhe0000316>
- Asugeni, J., MacLaren, D., Massey, P. D., & Speare, R. (2015). Mental health issues from rising sea level in a remote coastal region of the Solomon Islands: current and future. *Australasian Psychiatry*, *23*(6_suppl), 22-25. DOI: 10.1177/1039856215609767
- Bagdonas, Albinas, & Bliumas, Remigijus. (2019). *Aiškinamasis psichologijos terminų žodynas*. Mokslo ir enciklopedijų leidybos centras. 376 psl.
- Ballew, M., Marlon, J., Rosenthal, S., Gustafson, A., Kotcher, J., Maibach, E., & Leiserowitz, A. (2019). *Do younger generations care more about global warming?* Yale University and George Mason University. New Haven, CT: Yale Program on Climate Change Communication.
- Barlow, D. H. (2004). *Anxiety and its disorders: The nature and treatment of anxiety and panic*. Guilford press. <https://books.google.lt/books?id=Lx9hf-3ZJCQC&lpg=PA1&ots=WiAkJriO6k&lr&pg=PA2#v=onepage&q&f=false>
- Barlow, D. H., Durand, V. M., & Hofmann, S. G. (2016). *Abnormal psychology: An integrative approach*. Cengage learning.

<https://books.google.lt/books?id=reC5DOAAQBAJ&lpg=PP1&ots=fEzpDCuesZ&lr&pg=PP1#v=onepage&q&f=false>

- Baudon, P., & Jachens, L. (2021). A scoping review of interventions for the treatment of eco-anxiety. *International journal of environmental research and public health*, 18(18), 9636. <https://doi.org/10.3390/ijerph18189636>
- Bergen, N., & Labonté, R. (2020). “Everything is perfect, and we have no problems”: detecting and limiting social desirability bias in qualitative research. *Qualitative health research*, 30(5), 783-792. <https://doi.org/10.1177/104973231988935>
- Berry, H. L., Bowen, K., & Kjellstrom, T. (2010). Climate change and mental health: A causal pathways framework. *International Journal of Public Health*, 55(2), 123–132. <https://doi.org/10.1007/S00038-009-0112-0/TABLES/1>
- Beniušis V. (2020). Trys iš keturių lietuvių mano, kad klimato kaita kelia grėsmę jų kartos žmonėms – apklausa. *BNS* [Internet]. Paimta iš: <http://news.bns.lt/60460927>
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706QP063OA>
- Braun, V., & Clarke, V. (2013). *Successful qualitative research: A practical guide for beginners*. SAGE.
- Bodnar, S. (2008). Wasted and bombed: Clinical enactments of a changing relationship to the earth. *Psychoanalytic dialogues*, 18(4), 484-512., <https://doi.org/10.1080/10481880802198319>
- Borkovec, T. D., Alcaine, O. M., & Behar, E. (2004). Avoidance Theory of Worry and Generalized Anxiety Disorder. In R. G. Heimberg, C. L. Turk, & D. S. Mennin (Eds.), *Generalized anxiety disorder: Advances in research and practice* (pp. 77–108). The Guilford Press. <https://climatecommunication.yale.edu/publications/do-younger-generations-care-more-about-global-warming/>
- Bourque, F., & Willox, A. C. (2014). Climate change: the next challenge for public mental health?. *International review of psychiatry* (Abingdon, England), 26(4), 415–422. <https://doi.org/10.3109/09540261.2014.925851>
- Budziszewska, M., & Jonsson, S. E. (2021). From Climate Anxiety to Climate Action: An Existential Perspective on Climate Change Concerns Within Psychotherapy.

- Burt. (2005). *Climate Change, Causes, effects and solutions*. By John T. Hardy Wiley, Chichester, 2003 xii + 247 pp. ISBN 0 470 85019 1 [Review of *Climate Change, Causes, effects and solutions*. By John T. Hardy Wiley, Chichester, 2003 xii + 247 pp. ISBN 0 470 85019 1]. *Weather*, 60(10), 301–301. *John Wiley & Sons, Ltd.* <https://doi.org/10.1256/wea.125.04>
- Charlson, F., Ali, S., Benmarhnia, T., Pearl, M., Massazza, A., Augustinavicius, J., & Scott, J. G. (2021). Climate change and mental health: a scoping review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(9), 4486. <https://www.mdpi.com/1660-4601/18/9/4486>
- Chen, C. W., & Gorski, P. C. (2015). Burnout in social justice and human rights activists: Symptoms, causes and implications. *Journal of Human Rights Practice*, 7(3), 366-390. <https://doi.org/10.1093/jhuman/huv011>
- 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://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyt.2020.00074/full>
- Clayton, S., Manning, C. M., & Hodge C. (2014). *Beyond storms & droughts: The psychological impacts of climate change*. Washington, DC: *American Psychological Association and ecoAmerica*. https://ecoamerica.org/wp-content/uploads/2014/06/eA_Beyond_Storms_and_Droughts_Psych_Impacts_of_Climate_Change.pdf
- Clayton, S., Manning, C., Krygman, K., & Speiser, M. (2017). *Mental health and our changing climate: Impacts, implications, and guidance*. Washington, DC: *American Psychological Association and ecoAmerica*. <https://www.apa.org/news/press/releases/2017/03/mental-health-climate.pdf>
- Clayton, S. (2020). Climate anxiety: Psychological responses to climate change. *Journal of anxiety disorders*, 74, 102263. <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.janxdis.2020.102263>
- Connor, L., Albrecht, G., Higginbotham, N., Freeman, S., & Smith, W. (2004).

- Environmental change and human health in Upper Hunter communities of New South Wales, Australia. *EcoHealth*, 1, SU47-SU58. <https://doi.org/10.1007/s10393-004-0053-2>
- Corner, A., Roberts, O., Chiari, S., Völler, S., Mayrhuber, E. S., Mandl, S., & Monson, K. (2015). How do young people engage with climate change? The role of knowledge, values, message framing, and trusted communicators. *Wiley Interdisciplinary Reviews: Climate Change*, 6(5), 523-534. <https://doi.org/10.1002/wcc.353>
- Costello, A., Abbas, M., Allen, A., Ball, S., Bell, S., Bellamy, R., Friel, S., Groce, N., Johnson, A., Kett, M., Lee, M., Levy, C., Maslin, M., McCoy, D., McGuire, B., Montgomery, H., Napier, D., Pagel, C., Patel, J., ... Patterson, C. (2009). Managing the health effects of climate change: *Lancet and University College London Institute for Global Health Commission. The Lancet*, 373(9676), 1693–1733. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(09\)60935-1](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(09)60935-1)
- Cusack, L., de Crespigny, C., & Athanasos, P. (2011). Heatwaves and their impact on people with alcohol, drug and mental health conditions: a discussion paper on clinical practice considerations. *Journal of advanced nursing*, 67(4), 915-922. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2648.2010.05551.x>
- Clayton, S., Manning, C. M., Krygsmann, K., & Speiser, M. (2017). Mental Health and Our Changing Climate: Impacts, Implications, and Guidance. Washington, D.C.: *American Psychological Association, and ecoAmerica*. <https://www.apa.org/news/press/releases/2017/03/mental-health-climate.pdf>
- 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://www.nature.com/articles/s41558-021-01251-y>
- Cunsolo Willox, A., Stephenson, E., Allen, J., Bourque, F., Drossos, A., Elgarøy, S., ... & Wexler, L. (2015). Examining relationships between climate change and mental health in the Circumpolar North. *Regional Environmental Change*, 15, 169-182. <https://link.springer.com/article/10.1007/s10113-014-0630-z>
- Cunsolo, A., Harper, S. L., Minor, K., Hayes, K., Williams, K. G., & Howard, C. (2020). Ecological grief and anxiety: the start of a healthy response to climate change?. *The Lancet Planetary Health*, 4(7), e261-e263. [https://doi.org/10.1016/S2542-5196\(20\)30144-3](https://doi.org/10.1016/S2542-5196(20)30144-3)

- Čėnaitė, Neringa, & Dervinytė-Bongarzoni, Asta. (2022). Ekologinės krizės įtaka vaikų ir jaunimo psichikos sveikatai: ekologinis nerimas. *Visuomenės sveikata*, 3, 11–19. https://www.researchgate.net/publication/363951315_Ekologines_krizes_ita_ka_vaiku_ir_jaunimo_psichikos_sveikatai_ekologinis_nerimas
- Čiužaitė G. (2021). Apie ekologinį nerimą ir būdus jame nepaskęsti. *Suolelis miške. LRT*. Paimta iš: <https://www.lrt.lt/mediateka/irasas/2000149722/suolelis-miske-apie-ekologini-nerima-ir-budus-jame-nepaskesti-su-aplinkos-psichologe-dovile-soryte>
- Dodgen, D., Donato, D., Kelly, N., La Greca, A., Morganstein, J., Reser, J., ... & Ursano, R. (2016). *Ch. 8: Mental health and well-being* (pp. 217-246). US Global Change Research Program, Washington, DC. <http://dx.doi.org/10.7930/J0TX3C9H>
- Doherty, & Clayton, S. (2011). The Psychological Impacts of Global Climate Change. *The American Psychologist*, 66(4), 265–276. <https://doi.org/10.1037/a0023141>
- du Bray, M., Wutich, A., Larson, K. L., White, D. D., & Brewis, A. (2019). Anger and sadness: Gendered emotional responses to climate threats in four island nations. *Cross-Cultural Research*, 53(1), 58-86. <https://doi.org/10.1177/1069397118759252>
- Ellis, N. R., & Albrecht, G. A. (2017). Climate change threats to family farmers' sense of place and mental wellbeing: A case study from the Western Australian Wheatbelt. *Social science & medicine*, 175, 161-168. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2017.01.009>
- Elliott, R., Fischer, C. T., & Rennie, D. L. (1999). Evolving guidelines for publication of qualitative research studies in psychology and related fields. *The British Journal of Clinical Psychology*, 38(3), 215–229. <https://doi.org/10.1348/014466599162782>
- Fereday, J., & Muir-Cochrane, E. (2006). Demonstrating Rigor Using Thematic Analysis: A Hybrid Approach of Inductive and Deductive Coding and Theme Development. *International Journal of Qualitative Methods*, 5(1), 80–92. <https://doi.org/10.1177/160940690600500107>
- Fløttum, K., Dahl, T., & Rivenes, V. (2016). Young Norwegians and their views on climate change and the future: findings from a climate concerned and oil-rich nation. *Journal of Youth Studies*, 19(8), 1128-1143. <https://doi.org/10.1080/13676261.2016.1145633>
- Fresque-Baxter, J. A., & Armitage, D. (2012). Place identity and climate change

- adaptation: a synthesis and framework for understanding. *Wiley Interdisciplinary Reviews: Climate Change*, 3(3), 251-266. <https://doi.org/10.1002/wcc.164>
- Friedli, L., & World Health Organization. (2009). Mental health, resilience and inequalities (No. EU/08/5087203). Copenhagen: *WHO Regional Office for Europe*.
<https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/107925/E92227.pdf>
- Fritze, J. C., 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), 1–10.
<https://doi.org/10.1186/1752-4458-2-13/TABLES/1>
- Fulgini, A. J., & Pedersen, S. (2002). Family obligation and the transition to young adulthood. *Developmental psychology*, 38(5), 856.
<https://psycnet.apa.org/record/2002-17921-018>
- Gibson, K. E., Barnett, J., Haslam, N., & Kaplan, I. (2020). The mental health impacts of climate change: Findings from a Pacific Island atoll nation. *Journal of anxiety disorders*, 73, 102237. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2020.102237>
- Giorgi, A. (1997). The theory, practice, and evaluation of the phenomenological method as a qualitative research procedure. *Journal of phenomenological psychology*, 28(2), 235-260. BRILL.
- Giorgi A. (2005). The phenomenological movement and research in the human sciences. *Nursing science quarterly*, 18(1), 75–82.
<https://doi.org/10.1177/0894318404272112>
- Giorgi, A. (2010). Phenomenology and the Practice of Science. Existential Analysis: *Journal of the Society for Existential Analysis*, 21(1), 3–22.
<https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=asn&AN=49226484&site=ehost-live>
- Girdzijauskienė, S. (2006). *Kokybinis interviu: metodiniai nurodymai* [Book]. Vilniaus universiteto Specialiosios psichologijos laboratorija.
- GreenMatch (2020). *Mapped: Impact of Climate Change on European Countries*. Paimta iš:
<https://www.greenmatch.co.uk/blog/2019/04/climate-change-europe#map-climate-change>
- Grupe, D. W., & Nitschke, J. B. (2013). Uncertainty and anticipation in anxiety: an

- integrated neurobiological and psychological perspective. *Nature Reviews Neuroscience*, 14(7), 488-501. <https://doi.org/10.1038/nrn3524>
- 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://ijmhs.biomedcentral.com/articles/10.1186/s13033-018-0210-6#ref-CR17>
- Han, H., & Ahn, S. W. (2020). Youth mobilization to stop global climate change: Narratives and impact. *Sustainability*, 12(10), 4127. <https://doi.org/10.3390/su12104127>
- Hibberd, & Nguyen, A. (2013). Climate change communications & young people in the Kingdom: A reception study. *International Journal of Media and Cultural Politics*, 9(1), 27–46. https://doi.org/10.1386/macp.9.1.27_1
- 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. [https://doi.org/10.1016/S2542-5196\(21\)00278-3](https://doi.org/10.1016/S2542-5196(21)00278-3)
- Hogg, T. L., Stanley, S. K., O'Brien, L. V., Wilson, M. S., & Watsford, C. R. (2021). The Hogg Eco-Anxiety Scale: Development and validation of a multidimensional scale. *Global Environmental Change*, 71, 102391. <https://doi.org/10.1016/j.gloenvcha.2021.102391>
- Hoffmann, R., Muttarak, R., Peisker, J., & Stanig, P. (2022). Climate change experiences raise environmental concerns and promote Green voting. *Nature Climate Change*, 12(2), 148-155. <https://www.nature.com/articles/s41558-021-01263-8>
- Hornsey, M. J., Harris, E. A., Bain, P. G., & Fielding, K. S. (2016). Meta-analyses of the determinants and outcomes of belief in climate change. *Nature climate change*, 6(6), 622-626. <https://www.nature.com/articles/nclimate2943>
- Horwitz, A. V., & Wakefield, J. C. (2007). *The loss of sadness: How psychiatry transformed normal sorrow into depressive disorder*. Oxford University Press.
- Huang, P., O'Keeffe, M., Elia, C., Karamanos, A., Goff, L. M., Maynard, M., Cruickshank, J. K., & Harding, S. (2019). Fruit and vegetable consumption and mental health across adolescence: evidence from a diverse urban British cohort study. *The*

- international journal of behavioral nutrition and physical activity, 16(1), 19.
<https://doi.org/10.1186/s12966-019-0780-y>
- Hwong, A. R., Wang, M., Khan, H., Chagwedera, D. N., Grzenda, A., Doty, B., ... & Compton, W. M. (2022). Climate change and mental health research methods, gaps, and priorities: a scoping review. *The Lancet Planetary Health*, 6(3), e281-e291., Chicago, [https://doi.org/10.1016/S2542-5196\(22\)00012-2](https://doi.org/10.1016/S2542-5196(22)00012-2)
- Innocenti, M., Santarelli, G., Faggi, V., Castellini, G., Manelli, I., Magrini, G., ... & Ricca, V. (2021). Psychometric properties of the Italian version of the Climate Change Anxiety Scale. *The Journal of Climate Change and Health*, 3, 100080.
<https://doi.org/10.1016/j.joclim.2021.100080>
- Yardley, L. (2000). Dilemmas in qualitative health research. *Psychology and health*, 15(2), 215-228. <https://doi.org/10.1080/08870440008400302>
- Jamieson, D. (2010). Climate change, responsibility, and justice. *Science and engineering ethics*, 16(3), 431-445. <https://link.springer.com/article/10.1007/s11948-009-9174-x>
- Jacob, S. A., & Furgerson, S. P. (2012). Writing interview protocols and conducting interviews: Tips for students new to the field of qualitative research. *Qualitative Report*, 17, 6. <https://eric.ed.gov/?id=EJ990034>
- Jovarauskaite, L., & Böhm, G. (2021). The emotional engagement of climate experts is related to their climate change perceptions and coping strategies. *Journal of Risk Research*, 24(8), 941-957. <https://doi.org/10.1080/13669877.2020.1779785>
- Juršėnaitė E. (2019). Psichologė apie naują nerimo rūšį: depresiją ar panikos priepuolius gali sukelti naujienos apie ekologinę krizę. Paimta iš: <https://www.lrt.lt/naujienos/gyvenimas/13/1100115/psichologe-apie-nauja-nerimo-rusi-depresija-ar-panikos-priepuolius-gali-sukelti-naujienos-apie-ekologine-krize>
- Karl, T. R., & Trenberth, K. E. (2003). Modern global climate change. *science*, 302(5651), 1719-1723. DOI: 10.1126/science.1090228
- Kohli, M., & Meyer, J. W. (1986). Social Structure and Social Construction of Life Stages. *Human Development*, 29(3), 145–149. <https://doi.org/10.1159/000273038>
- Kumari, M., Shipley, M., Stafford, M., & Kivimaki, M. (2011). Association of diurnal patterns in salivary cortisol with all-cause and cardiovascular mortality: findings from the Whitehall II study. *The Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism*, 96(5), 1478-1485. <https://doi.org/10.1210/jc.2010-2137>

- Lavrinec J. (2021). Žmogus ir miestas. Dalyvavimas formuojant aplinką ir ekologinis nerimas [Internet]. Homo cultus. LRT; Paimta iš: <https://www.lrt.lt/mediateka/irasas/2000145976/homo-cultus-zmogus-ir-miestas-dalyvavimas-formuojant-aplinka-ir-ekologinis-nerimas>
- Lauritzen L, Brambilla P, Mazzocchi A, Harsløf LBS, Ciappolino V, Agostoni C. DHA Effects in Brain Development and Function. *Nutrients*. 2016; 8(1):6. <https://doi.org/10.3390/nu8010006>
- Lee, K., Gjersoe, N., O'Neill, S., & Barnett, J. (2020). Youth perceptions of climate change: A narrative synthesis. *Wiley Interdisciplinary Reviews: Climate Change*, 11(3), e641. <https://doi.org/10.1002/wcc.641>
- Nairn, K. (2019). Learning from young people engaged in climate activism: The potential of collectivizing despair and hope. *Young*, 27(5), 435-450. DOI: 10.1177/1103308818817603
- Nicholsen, S. W. (2003). The love of nature and the end of the world: The unspoken dimensions of environmental concern. MIT press. https://books.google.lt/books?hl=en&lr=&id=T6F7eot8UTUC&oi=fnd&pg=PP11&ots=387fihtERL&sig=S5CJtlnJyNUWC2UIgk-IpIcUzR4&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false
- Norgaard, K. M. (2006). “People want to protect themselves a little bit”: Emotions, denial, and social movement nonparticipation. *Sociological inquiry*, 76(3), 372-396. <https://doi.org/10.1111/j.1475-682X.2006.00160.x>
- Malterud K, Siersma VD, Guassora AD. Sample Size in Qualitative Interview Studies: Guided by Information Power. *Qualitative Health Research*. 2016;26(13):1753-1760. doi:10.1177/1049732315617444
- Manning, C., & Clayton, S. (2018). Threats to mental health and wellbeing associated with climate change. In *Psychology and climate change* (pp. 217-244). Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-813130-5.00009-6>
- Maran, D. A., & Begotti, T. (2021). Media exposure to climate change, anxiety, and efficacy beliefs in a sample of Italian university students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(17), 9358. <https://doi.org/10.3390/ijerph18179358>
- Masson-Delmotte, V., A. Pirani, W. M.-O., & M. Tignor, and T. W. (eds.). (2018). *Global*

warming of 1.5°C An IPCC Special Report on the impacts of global warming of 1.5°C above pre-industrial levels and related global greenhouse gas emission pathways, in the context of strengthening the global response to the threat of climate change, sustainable development, and efforts to eradicate poverty.
https://www.ipcc.ch/site/assets/uploads/sites/2/2019/06/SR15_Full_Report_Low_Res.pdf

Masson-Delmotte, V., Zhai, P., Pörtner, H. O., Roberts, D., Skea, J., & Shukla, P. R. (2022). *Global Warming of 1.5° C: IPCC Special Report on Impacts of Global Warming of 1.5° C above Pre-industrial Levels in Context of Strengthening Response to Climate Change, Sustainable Development, and Efforts to Eradicate Poverty*. Cambridge University Press. <https://dlib.hust.edu.vn/handle/HUST/21737>

McGinn, M. "biggest pop-culture trend was climate anxiety." *Grist magazine* (2019).

McMillen, C., North, C., Mosley, M., & Smith, E. (2002). Untangling the psychiatric comorbidity of posttraumatic stress disorder in a sample of flood survivors. *Comprehensive Psychiatry*, 43(6), 478-485.
<https://doi.org/10.1053/comp.2002.34632>

Mead, E., Roser-Renouf, C., Rimal, R. N., Flora, J. A., Maibach, E. W., & Leiserowitz, A. (2012). Information seeking about global climate change among adolescents: The role of risk perceptions, efficacy beliefs, and parental influences. *Atlantic journal of communication*, 20(1), 31-52. <https://doi.org/10.1080/15456870.2012.637027>

Mindlis, I., & Boffetta, P. (2017). Mood disorders in first- and second-generation immigrants: Systematic review and meta-analysis. *The British Journal of Psychiatry*, 210(3), 182-189. doi:10.1192/bjp.bp.116.181107

Morse, J. M. (1995). The significance of saturation. *Qualitative health research*, 5(2), 147-149.

Mouguiama-Daouda, C., Blanchard, M. A., Coussement, C., & Heeren, A. (2022). On the measurement of climate change anxiety: French validation of the Climate Anxiety Scale. *Psychologica Belgica*, 62(1), 123. 10.5334/pb.1137

Obradovich, N., Migliorini, R., Paulus, M. P., & Rahwan, I. (2018). Empirical evidence of mental health risks posed by climate change. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 115(43), 10953–10958.
https://doi.org/10.1073/PNAS.1801528115/SUPPL_FILE/PNAS.1801528115.SAP

[P.PDF](#)

- Ogunbode, C. A., Doran, R., Hanss, D., Ojala, M., Salmela-Aro, K., van den Broek, K. L., ... & Karasu, M. (2022). Climate anxiety, wellbeing and pro-environmental action: Correlates of negative emotional responses to climate change in 32 countries. *Journal of Environmental Psychology*, 84, 101887. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2022.101887>
- Ogunbode, C. A., Doran, R., & Böhm, G. (2020). Exposure to the IPCC special report on 1.5 C global warming is linked to perceived threat and increased concern about climate change. *Climatic Change*, 158, 361-375. <https://link.springer.com/article/10.1007/s10584-019-02609-0>
- Ogunbode, C. A., Doran, R., Hanss, D., Ojala, M., Salmela-Aro, K., van den Broek, K. L., ... & Karasu, M. (2022). Climate anxiety, wellbeing and pro-environmental action: Correlates of negative emotional responses to climate change in 32 countries. *Journal of Environmental Psychology*, 84, 101887. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2022.101887>
- Ojala, M., Cunsolo, A., Ogunbode, C. A., & Middleton, J. (2021). Anxiety, worry, and grief in a time of environmental and climate crisis: A narrative review. *Annual review of environment and resources*, 46, 35-58. <https://www.annualreviews.org/doi/full/10.1146/annurev-environ-012220-022716>
- Owen, L., & Corfe, B. (2017). The role of diet and nutrition on mental health and wellbeing. *Proceedings of the Nutrition Society*, 76(4), 425-426. doi:10.1017/S0029665117001057
- Page, L., Hajat, S., Kovats, R., & Howard, L. (2012). Temperature-related deaths in people with psychosis, dementia and substance misuse. *The British Journal of Psychiatry*, 200(6), 485-490. doi:10.1192/bjp.bp.111.100404
- 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>
- Patton, M. Q. (1990). *Qualitative evaluation and research methods*. SAGE Publications, inc.
- Patz, J. A., Frumkin, H., Holloway, T., Vimont, D. J., & Haines, A. (2014). Climate change: challenges and opportunities for global health. *Jama*, 312(15), 1565-1580. <https://jamanetwork.com/journals/jama/article-abstract/1909928>

- Parker, C. L., Wellbery, C. E., & Mueller, M. (2019). The changing climate: managing health impacts. *American family physician*, 100(10), 618-626. <https://www.aafp.org/pubs/afp/issues/2019/1115/p618.html>
- Pörtner, H. O., Roberts, D. C., Adams, H., Adler, C., Aldunce, P., Ali, E., ... & Ibrahim, Z. (2022). *Climate change 2022: Impacts, adaptation and vulnerability* (p. 3056). Geneva, Switzerland:: IPCC. doi:10.1017/9781009325844.
- Pihkala, P. (2020). Anxiety and the ecological crisis: an analysis of eco-anxiety and climate anxiety. *Sustainability* 12 (19): 7836. dx. doi. Org/10.3390/su12197836.
- Prado, E. L., & Dewey, K. G. (2014). Nutrition and brain development in early life. *Nutrition reviews*, 72(4), 267–284. <https://doi.org/10.1111/nure.12102>
- Queirós, A., Faria, D., & Almeida, F. (2017). Strengths and limitations of qualitative and quantitative research methods. *European journal of education studies*. <https://oapub.org/edu/index.php/ejes/article/view/1017/2934>
- Rataj, E., Kunzweiler, K., & Garthus-Niegel, S. (2016). Extreme weather events in developing countries and related injuries and mental health disorders-a systematic review. *BMC public health*, 16(1), 1-12. <https://doi.org/10.1186/s12889-016-3692-7>
- Randall, R. (2005). A new climate for psychotherapy?. *Psychotherapy and Politics International*, 3(3), 165-179. <https://doi.org/10.1002/ppi.7>
- Rees, J. H., Klug, S., & Bamberg, S. (2015). Guilty conscience: motivating pro-environmental behavior by inducing negative moral emotions. *Climatic change*, 130, 439-452. <https://link.springer.com/article/10.1007/s10584-014-1278-x>
- Reser, J. P., Bradley, G., & Ellul, M. (2012). Coping with climate change: Bringing psychological adaptation in from the cold. In *Handbook of the Psychology of Coping: New Research*. Nova Science Publishers, Incorporated.
- Romanello, M., McGushin, A., Di Napoli, C., Drummond, P., Hughes, N., Jamart, L., ... & Hamilton, I. (2021). The 2021 report of the Lancet Countdown on health and climate change: code red for a healthy future. *The Lancet*, 398(10311), 1619-1662. [https://www.thelancet.com/article/S0140-6736\(21\)01787-6/fulltext](https://www.thelancet.com/article/S0140-6736(21)01787-6/fulltext)
- Rust, M. J. (2008). Climate on the couch: unconscious processes in relation to our environmental crisis. *Psychotherapy and Politics International*, 6(3), 157-170. <https://doi.org/10.1002/ppi.174>

- Sampei, Y., & Aoyagi-Usui, M. (2009). Mass-media coverage, its influence on public awareness of climate-change issues, and implications for Japan's national campaign to reduce greenhouse gas emissions. *Global environmental change*, 19(2), 203-212. <https://doi.org/10.1016/j.gloenvcha.2008.10.005>
- Schulenberg, J., & Schoon, I. (2012). The Transition to Adulthood across Time and Space: Overview of Special Section. *Longitudinal and life course studies : international journal*, 3(2), 164–172. <https://doi.org/10.14301/llcs.v3i2.194>
- Schwartz, S. E., Benoit, L., Clayton, S., Parnes, M. F., Swenson, L., & Lowe, S. R. (2022). Climate change anxiety and mental health: Environmental activism as buffer. *Current Psychology*, 1-14. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-02735-6>
- Scott B. G., Weems C. F. (2013). Natural disasters and existential concerns: A test of Tillich's theory of existential anxiety. *Journal of Humanistic Psychology*, 53(1), 114-128. <https://doi.org/10.1177/0022167812449190>
- Shanahan, M. J. (2000). Pathways to adulthood in changing societies: Variability and mechanisms in life course perspective. *Annual review of sociology*, 667-692. <https://www.jstor.org/stable/223461>
- Sheth, C., McGlade, E., & Yurgelun-Todd, D. (2017). Chronic stress in adolescents and its neurobiological and psychopathological consequences: an RDoC perspective. *Chronic Stress*, 1, 2470547017715645. <https://doi.org/10.1177/2470547017715645>
- Searle, K., & Gow, K. (2010). Do concerns about climate change lead to distress?. *International Journal of Climate Change Strategies and Management*, 2(4), 362-379. <https://doi.org/10.1108/17568691011089891>
- Silverman, D. Ed. *Qualitative research*. Sage Publications, 2020. P 3–17.
- Smith, N., & Leiserowitz, A. (2014). The role of emotion in global warming policy support and opposition. *Risk Analysis*, 34(5), 937-948. <https://doi.org/10.1111/risa.12140>
- Soutar, C., & Wand, A. P. F. (2022). Understanding the Spectrum of Anxiety Responses to Climate Change: A Systematic Review of the Qualitative Literature. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(2). <https://doi.org/10.3390/IJERPH19020990>
- Stanley, S. K., Hogg, T. L., Leviston, Z., & Walker, I. (2021). From anger to action: Differential impacts of eco-anxiety, eco-depression, and eco-anger on climate action and wellbeing. *The Journal of Climate Change and Health*, 1, 100003.

<https://doi.org/10.1016/j.joclim.2021.100003>

Stone, K., Blinn, N., & Spencer, R. (2022). Mental health impacts of climate change on women: a scoping review. *Current environmental health reports*, 9(2), 228-243.

<https://link.springer.com/article/10.1007/s40572-022-00346-8>

Taylor, S. (2020). Anxiety disorders, climate change, and the challenges ahead: Introduction to the special issue. *Journal of Anxiety Disorders*, 76, 102313.

<https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2020.102313>

Tam, K. P., Chan, H. W., & Clayton, S. (2023). Climate change anxiety in China, India, Japan, and the United States. *Journal of Environmental Psychology*, 87, 101991.

<https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2023.101991>

Tamošiūnaitė R. (2020). Ekologinis nerimas – naujas iššūkis šių dienų žmogui. *Diena.lt*.

Paimta

iš:

<https://www.diena.lt/naujienos/sveikata/psichologija/ekologinis-nerimas-naujas-issu-kis-siu-dienu-zmogui-955463>.

Tillich, P. (1952). *The courage to be*, Yale University Press. *New Haven*.

<https://antilogicalism.com/wp-content/uploads/2017/07/the-courage-to-be.pdf>

United Nations Framework Convention on Climate Change. UNFCCC, Article 1, 1992,

https://unfccc.int/files/essential_background/background_publications_htmlpdf/application/pdf/conveng.pdf

Usher, K., Durkin, J., & Bhullar, N. (2019). Eco-anxiety: How thinking about climate change-related environmental decline is affecting our mental health. *International journal of mental health nursing*. <https://doi.org/10.1111/inm.12673>

Verplanken, B., & Roy, D. (2013). "My worries are rational, climate change is not": habitual ecological worrying is an adaptive response. *PloS one*, 8(9), e74708.

<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0074708>

Volden, P. A., & Conzen, S. D. (2013). The influence of glucocorticoid signaling on tumor progression. *Brain, behavior, and immunity*, 30, S26-S31.

<https://doi.org/10.1016/j.bbi.2012.10.022>

Wang, S., Leviston, Z., Hurlstone, M., Lawrence, C., & Walker, I. (2018). Emotions predict policy support: Why it matters how people feel about climate change. *Global Environmental Change*, 50, 25-40.

<https://doi.org/10.1016/j.gloenvcha.2018.03.002>

Wall, C., Glenn, S., Mitchinson, S., & Poole, H. (2004). Using a reflective diary to develop

- bracketing skills during a phenomenological investigation. *Nurse Researcher*, 11(4) <https://doi.org/10.7748/nr2004.07.11.4.20.c6212>
- Weintrobe, S. (2010). Engaging with climate change means engaging with our human nature. *Ecopsychology*, 2(2), 119-120. <https://doi.org/10.1089/eco.2010.0041>
- Willox, A. C., Harper, S. L., Edge, V. L., Landman, K., Houle, K., & Ford, J. D. (2013). The land enriches the soul: On climatic and environmental change, affect, and emotional health and well-being in Rigolet, Nunatsiavut, Canada. *Emotion, Space and Society*, 6, 14-24. <https://doi.org/10.1016/j.emospa.2011.08.005>
- Willox, A., Stephenson, E., Allen, J., Bourque, F., Drossos, A., Elgarøy, S., ... & Wexler, L. (2015). Examining relationships between climate change and mental health in the Circumpolar North. *Regional Environmental Change*, 15, 169-182. <https://link.springer.com/article/10.1007/s10113-014-0630-z>
- World Health Organization. (2004). Promoting mental health: Concepts, emerging evidence, practice: Summary report. World Health Organization. <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/42940/9241591595.pdf>
- World Health Organization. (2014) Gender, climate change and health. Geneva, Switzerland; p. 44. pateikta: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/144781/9789241508186_eng.pdf
- Wojnar, D. M., & Swanson, K. M. (2007). Phenomenology: an exploration. *Journal of holistic nursing*, 25(3), 172-180., doi:10.1177/0898010106295172
- Wu, J., Snell, G., & Samji, H. (2020). Climate anxiety in young people: a call to action. *The Lancet Planetary Health*, 4(10), e435-e436. [https://doi.org/10.1016/S2542-5196\(20\)30223-0](https://doi.org/10.1016/S2542-5196(20)30223-0)
- Wullenkord, M. C., Tröger, J., Hamann, K. R., Loy, L. S., & Reese, G. (2021). Anxiety and climate change: a validation of the Climate Anxiety Scale in a German-speaking quota sample and an investigation of psychological correlates. *Climatic Change*, 168(3-4), 20. <https://link.springer.com/article/10.1007/s10584-021-03234-6>
- Žukauskienė, R. (2012). Raidos psichologija: integruotas požiūris. Vilnius: Margi raštai.

PRIEDAI

1 priedas. Kvietiams dalyvauti tyrime

Jei tau 18 – 29 m., kviečiu tave dalyvauti mano tyrime. Esu Rokas Zemlickas, Vilniaus universiteto Sveikatos psichologijos magistratūros studijų programos studentas. Šiuo metu atlieku magistro darbo tyrimą, kurio tikslas - atskleisti jaunų suaugusiųjų patyrimus klimato kaitos kontekste. Šia tema kol kas žinoma labai mažai, todėl pokalbis su kiekvienu dalyviu labai svarbus ir vertingas.

Tyrimas bus atliekamas gyvai arba nuotoliu interviu būdu, kurio trukmė gali būti 30-60 min. Viso tyrimo metu bus užtikrinamas konfidencialumas, tyrimo dalyviai turės galimybę bet kuriuo metu nutraukti tyrimą, jei nebenorėtų tęsti savo dalyvavimo.

Jeigu sutiktumėte sudalyvauti tyrime ar turite su tyrimu susijusių klausimų, maloniai kviečiu susisiekti su manimi el. paštu: rokas.zemlickas@fsf.stud.vu.lt.

2 priedas. Informuoto sutikimo forma



Vilniaus universitetas Filosofijos fakultetas Psichologijos institutas

Universiteto g. 9, 01513 Vilnius

Informuoto sutikimo forma

Vilnius

2022

Gerbiamas tyrimo dalyvi,

Vilniaus universiteto sveikatos psichologijos magistro studentas Rokas Zemlickas atlieka tyrimą, kurio tikslas –atskleisti jaunų suaugusiųjų patyrimus klimato kaitos kontekste. Tyrimo dalyviai yra jauni suaugusieji nuo 18 iki 29 m.

Tyrimo metu vyks interviu: dalyviams pateiksiu kelis klausimus ir prašysiu papasakoti apie savo mintis ir jausmus, susijusius su klimato kaita. Čia negali būti teisingų ar klaidingų atsakymų – svarbūs tik Jūsų asmeniniai patyrimai. Šia tema kol kas žinoma labai mažai, todėl pokalbis su kiekvienu dalyviu labai svarbus ir vertingas. Tyrimo trukmė gali būti 30-60 min.

Viso tyrimo metu bus užtikrinamas konfidencialumas bei galimybė bet kuriuo metu nutraukti tyrimą (pvz., dėl galimo diskomforto ar nemalonių jausmų kalbant šia tema). Jūsų pateikti atsakymai bus įrašomi, tačiau toliau bus saugomi, išliks konfidencialūs ir nebus prieinami jokiems asmenims, išskyrus šio tyrimo vykdytoją ir tyrimo vadovę. Pristatydami tyrimo rezultatus pateiksime tik apibendrintus, su atskirais asmenimis nesusietus duomenis.

Jei sutinkate dalyvauti šiame tyrime, žemiau prašome įrašyti savo vardą ir pavardę bei pasirašyti.

Vardas, pavardė, parašas

Jei turite klausimų, maloniai prašome kreiptis el. p. rokas.zemlickas@fsf.stud.vu.lt.

Rokas Zemlickas, VU sveikatos psichologijos magistrantas