

Paauglių ekologinio nerimo patirtys: kokybinė dviejų atvejų analizė

Neringa Čėnaitė

Vilniaus universiteto Medicinos fakulteto
Klinikinės medicinos instituto Psichiatrijos klinika
Vilniaus psichikos sveikatos klinika „Meliva“
neringa@cenaite.lt
<https://orcid.org/0000-0001-7147-4586>
<https://ror.org/03nadee84>

Asta Dervinytė-Bongarzoni

Vilniaus universiteto Medicinos fakulteto
Klinikinės medicinos instituto Psichiatrijos klinika
asta.dervinyte@mf.vu.lt
<https://ror.org/03nadee84>

Santrauka. Į ekologinę krizę žmonės reaguoja įvairiais jausmais. Mokslinėje literatūroje dažnai aptinkama ekologinio nerimo sąvoka, kuriai kol kas trūksta apibrėžtumo, tačiau dažniausiai ji apibūdina įvairaus pobūdžio distresą, kurį patiria žmogus, reaguodamas į neigiamus aplinkos pokyčius. Lietuvoje kol kas yra tik pavienių mokslinių darbų, kurie gilinasi į ekologinės krizės ir žmonių psichikos sveikatos temą, ir trūksta paauglių patirčių, išgyvenimų tyrimų. Šia kokybine atvejų analize siekiama „įgarsinti“ dviejų Lietuvoje gyvenančių vyresniųjų paauglių, nerimaujančių dėl ekologinės krizės, patirtis. Į ekologinę krizę tyrimo dalyvės reaguoja įvairiu emociniu ir kognityviniu atsaku (kaltės, bejėgystės, nesaugumo ir kitais jausmais, suprastėjusia nuotaika, dėmesio koncentracijos pokyčiais). Dalyvių patirtyse ekologinė situacija yra glaudžiai susijusi su jų kasdienybe, santykiais ir ateities svarstymais. Tyrimo rezultatai yra panašūs į kitų šalių literatūroje aprašomų tyrimų rezultatus. Šis straipsnis gali būti naudingas psichikos sveikatos specialistams, dirbantiems su paaugliais ir jaunais žmonėmis, nes tikėtina, kad daugės žmonių, patiriančių ekologinį nerimą, dėl to vis daugiau specialistų susidurs su šia tema savo darbe.

Pagrindiniai žodžiai: ekologinis nerimas, ekologinė krizė, klimato krizė, psichikos sveikata, vyresnieji paaugliai.

Adolescents' Experiences of Ecological Anxiety: A Qualitative Analysis of Two Cases

Abstract. People react to the ecological crisis with a range of emotions. The term ‘ecological anxiety’ is frequently mentioned in scientific literature, even though it lacks definition. It generally describes various forms of distress experienced in response to environmental degradation. In Lithuania, only a few scientific studies have so far explored the relationship between ecological crisis and mental health, and there is a particular lack of research on adolescents’ experiences and emotions regarding this issue. This qualitative analysis aims to ‘give voice’ to the experiences of two individuals of the late adolescence age period living in Lithuania who are anxious about ecological crisis. Participants respond to the crisis with a range of emotional and cognitive reactions, including feelings of guilt, helplessness, insecurity, low mood, and concentration issues. The ecological situation is closely related to their daily lives, plans, and relationships. The study’s findings align with tendencies observed in international research. This article could be helpful for mental health professionals working with adolescents and young people, as the prevalence of ecological anxiety is likely to increase, which means that more specialists will encounter this issue in their work.

Keywords: ecological anxiety, ecological crisis, climate crisis, mental health, late adolescents.

Received: 2025-03-05. Accepted: 2025-06-02.

Copyright © 2025 Neringa Čėnaitė, Asta Dervinytė-Bongarzoni. Published by Vilnius University Press. This is an Open Access article distributed under the terms of the [Creative Commons Attribution Licence \(CC BY\)](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original author and source are credited.

Ivadas

Žmonės į ekologinę, klimato krizę reaguoja įvairiais jausmais. Nors kol kas trūksta apibrėžimo, mokslinėje literatūroje vis dažniau aptinkamas terminas „ekologinės emocijos“ (angl. *eco-emotions*), pavyzdžiui, ekologinis nerimas, ekologinis pyktis, ekologinis gedulas (Cianconi et al., 2023; Clayton et al., 2017; Clayton & Karazsia, 2020; Climate Psychology Alliance, 2022; Fritze et al., 2008; Kurth & Pihkala, 2022; Ojala, 2012). Ekologinis nerimas yra dažniausiai mokslinėje literatūroje vartojamas terminas, kuris reiškia lėtinę baimę dėl ekologinės aplinkos pražūties arba emocijų, psichinį ar somatinį distressą, kaip reakciją į aplinkosauginę krizę (Clayton et al., 2017; Climate Psychology Alliance, 2022; Kurth & Pihkala, 2022). Dažnai vartojamas ir terminas „klimato nerimas“, kurį galima laikyti ekologinio nerimo rūšimi (Cianconi et al., 2023). Ekologinis nerimas gali turėti įtakos žmonių elgesiui – tiek motyvuoti aplinką tausojantį elgesį, būti „praktiškas“ ekologinis nerimas, tiek paralyžiuoti (Clayton, 2020; Kurth & Pihkala, 2022). Ekologinis nerimas, kaip atsakas į ekologinę krizę ir ateities neužtikrintumą, yra normali reakcija, tačiau retais atvejais gali apsunkinti žmogaus funkcionavimą, siekti klinikinį lygmenį ar turėti asociacijų su įvairiomis sveikatos problemomis (Clayton, 2020; Climate Psychology Alliance, 2022; Pihkala, 2020).

Šią nerimo reakciją svarbu suprasti dėl potencialaus žmonių, kurie tai patiria, diapazono – dėl informacijos gausos beveik kiekvienas gali būti paveiktas klimato nerimo, kad ir koks būtų jo asmeninis pažeidžiamumas (Clayton, 2020). Vaikai ir jauni žmonės turi didesnę riziką patirti ekologinį nerimą (Clayton & Karazsia, 2020; Hickman et al., 2021; Pinsky et al., 2020). 2021 m. atliktas didelės apimties tarptautinis tyrimas atskleidė, kad apie 60 proc. 16–25 m. žmonių buvo labai susirūpinę dėl klimato kaitos, net 45 proc. respondentų tai apsunkino kasdienybę (Hickman et al., 2021). Nacionaliniame jaunimo tyrime Australijoje aprašomos panašios tendencijos. Šis tyrimas atskleidė, kad jauni žmonės apie tai, kaip jaučiasi dėl klimato krizės, dažniausiai kalbasi su draugais, šeimos nariais, mokytojais ir tik 8 proc. tai aptaria su psichikos sveikatos specialistais (žinoma, svarbu įvertinti, kokia jų dalis susiduria su šiais specialistais – aut. past.). Australijoje atlikto tyrimo dalyviai sakė, kad kalbėjimas su bendraamžiais nuteikia viltingai, paguodžia, o beveik pusė dalyvių, kalbėdami su vyresniais žmonėmis, jaučiasi išduoti. Autoriai pažymi, kad veiksniai, skatinantys jaunimą kalbėtis apie išgyvenimus, susijusius su klimato krize, yra kito žmogaus susirūpinimas šia tema, žinios apie tai bei pojūtis, jog esi išklausytas (Jones & Lucas, 2023). Tai rodo, kad galbūt poreikis kalbėtis apie išgyvenimus, kylančius dėl ekologinės krizės, yra dažnesnis, nei šia tema kalbama konsultacijose su paaugliais. Kita vertus, daugiau nei pusė Anglijos vaikų ir paauglių psichiatrų jau 2020 m. sakė, kad apie šią temą pacientai užsimena konsultacijų metu (Royal College of Psychiatrists, 2020).

Svarbu paminėti mūsų straipsnio praktinę vertę, leidžiančią su paaugliais dirbantiems specialistams (vaikų ir paauglių psichiatriams, psichologams, psichoterapeutams ir kt.) daugiau sužinoti apie daliai paauglių jau dabar svarbų patyrimą, ekologinį nerimą, kuris, tikėtina, vis dažniau pasitaikys ir konsultacinėje praktikoje. Kadangi mokslinių publikacijų apie ekologinį nerimą Lietuvos populiacijoje yra vos kelios ir tarp jų nėra tyrimų, skirtų

paaugliams (Čėnaitė & Dervinytė-Bongarzoni, 2022; Smilingytė, 2022; Zemlickas, 2023), šis paauglių patirčių tyrimas pasižymi aktualumu ir naujumu. Dauguma tyrimų ekologinio nerimo tema, minimų straipsnyje, yra kiekybiniai, todėl kokybinis tyrimo dizainas parodo ir šio darbo naujumą.

Tyrimo tikslas – pasitelkiant dviejų atvejų analizę atskleisti, kaip ekologinę krizę patiria vyresnieji paaugliai, kurie dėl jos nerimauja. Šiame tyrime vyresnieji paaugliai apibūdinami kaip 16–19 m. (Žukauskienė, 2012).

Metodika

Tyrimo dalyvių pasirinkimas ir paieška

Tyrimu siekiama geriau suprasti konkretų reiškinį apibrėžtoje žmonių grupėje, todėl dalyvių atrankai taikytas tikslingumo kriterijus (Palinkas et al., 2015). Dalyvauti tyrime buvo kviečiami Lietuvoje gyvenantys vyresnieji paaugliai, kurie nerimauja dėl ekologinės krizės. Šio raidos tarpsnio atstovai buvo pasirinkti dėl jiems būdingų pakankamai nusistovėjusių moralinių įsitikinimų bei emocinės reguliacijos – su kuo jie „žengia“ į kiek mažiau nuspėjamą suaugusiųjų pasaulį (Žukauskienė, 2012).

Kvietimas dalyvauti tyrime buvo skelbiamas „Fridays For Future“¹ Vilniaus ir Kauno padalinių socialinio tinklo „Facebook“ puslapiuose, „Facebook“ grupėje „Už švarią Lietuvą!“. Kvietimu dalyvauti tyrime savo turimuose informacijos sklaidos kanaluose pasidalino ir Lietuvos moksleivių sąjunga. Kvietimai dalyvauti tyrime pradėti skelbti 2021 m. kovo pabaigoje.

Tyrimo metodo pasirinkimas

Kadangi pagrindinis tyrimo klausimas – kaip Lietuvoje gyvenantys ir nerimaujantys dėl ekologinės krizės vyresnieji paaugliai ją patiria, nuspręsta atlikti kokybinį tyrimą. Šiam pasirinkimui įtakos turėjo ir noras „įgarsinti“ nerimaujančius dėl ekologinių problemų žmones (Willig, 2008). Tyrime taikyta kryptingoji (dedukcinė) kokybinė turinio analizė. Šis metodas leidžia struktūruotai analizuoti duomenis, remiantis iš anksto nustatytomis teorinėmis kategorijomis, tačiau yra atviras naujų temų iškilimui iš pačių duomenų. Dedukcinė turinio analizė yra taikoma norint aprašyti ir suprasti tam tikrą fenomeną, šiuo atveju – ekologinį nerimą (Assarroudi et al., 2018).

Duomenims rinkti pasirinktas pusiau struktūruotas interviu (priedas), kadangi toks būdas ne tik leidžia gauti atsakymus į konkrečius klausimus, bet ir suteikia laisvės sužinoti apie naujas, kitokias dalyvių patirtis (Gaižauskaitė & Valavičienė, 2016; Willig, 2008). Interviu atliko pagrindinė straipsnio autorė. Atsižvelgiant į tai, jog tyrimas vyko COVID-19 pandemijos ir karantino metu, interviu vyko naudojantis vaizdo skambučiais.

¹ Fridays for Future (liet. *Penktadieniai ateičiai*) – pasaulinis klimato streikų judėjimas, inicijuotas klimato aktyvistės, tuomet 15-metės, Gretos Thunberg Švedijoje 2018 rugpjūtį (*Fridays For Future Website*, n.d.; Lee et al., 2020).

Tyrimo eiga

Nuo 2021 m. kovo 29 d. iki balandžio 19 d. dėl dalyvavimo tyrime susisiekė keturios merginos – viena iš jų neatitiko tyrimo amžiaus kriterijaus, kita nebuvo norėjusi dalyvauti tyrime, gavusi daugiau informacijos. Kadangi šiam tyrimui taikomas žinojimu pagrįsto sutikimo dalyvauti tyrime kriterijus (Willig, 2008), tyrimo dalyvės prieš tyrimą ir paties tyrimo metu galėjo tyrėjai užduoti klausimų apie tyrimo tikslą, eigą ir iš anksto gavo informuoto asmens sutikimo formas su išsamia informacija apie tyrimą.

Refleksija

Vienas iš kokybinių tyrimų bruožų yra pripažinimas, jog tyrėjas, kaip asmenybė ir kaip „mąstytojas“, turi įtakos tyrimo procesui, dėl to šioje tyrimų paradigmoje svarbu reflektuoti tiek savo epistemologinę (pažinimo) poziciją, tiek asmeninę patirtį tyrimo kontekste (Willig, 2008). Pagrindinei tyrėjai artimos socialinio konstruktyvizmo idėjos, t. y. požiūris, kad tai, ką mes suvokiame ir patiriame, yra konstruojama vykstant sąveikai su mus supančia socialine aplinka ir veikiama istorijos, kultūros ir kitų aplinkybių, o realybė negali būti objektyvi, nes kiekvienas ją interpretuojame savaip (Willig, 2008).

Pagrindinė tyrėja save identifikuoja kaip patiriančią ekologinį nerimą, tai paskatino profesinį susidomėjimą šia tema. Neformaliuose pokalbiuose su kitais psichikos sveikatos specialistais susidarė įspūdis, kad jie susirūpinimą aplinkosauga suvokia kaip šiuolaikiniam žmogui aktualų aspektą, tačiau dėl ne visai aiškių priežasčių konsultacijose apie tai kalbama ganėtinai retai. Šis pastebėjimas, kartu su siekiu supažindinti specialistus su ekologinio nerimo fenomenu, paskatino šio tyrimo idėjos formavimąsi. Pihkala (2020) atkreipia dėmesį, kad didesnis „jautrumas“ ekologiniam nerimui gali pagerinti kai kuriems klientams / pacientams suteikiamą pagalbą.

Svarbu paminėti, jog tyrimo eigai bei duomenų analizei įtakos galėjo turėti ir abiejų autorių psichodinaminis požiūris į žmogaus psichikos procesus.

Duomenų rinkimas ir analizė

Tyrimo duomenų analizė atlikta remiantis Assarroudi ir kt. (2018) aprašytais kryptingais (dedukcinės) turinio analizės žingsniais, o tai padidina tokio tyrimo patikimumą (angl. *trustworthiness*). Toliau pateiktas detalus trijų tyrimo fazių aprašymas – tai, anot Elo ir kt. (2014), taip pat prisideda prie tyrimo patikimumo užtikrinimo.

Parengiamoji fazė

Prieš atliekant tyrimą, buvo įgytas teorinis pagrindas: išanalizuota literatūra apie ekologinį nerimą (svarbiausi šaltiniai – Pihkala, 2020; Clayton, 2020), taip pat susipažinta su kokybinių tyrimų, ypač dedukcinės turinio analizės, metodologija. Remiantis literatūra ir profesine patirtimi, parengti pusiau struktūruoto interviu klausimai (priedas).

Pagal iš anksto sudarytą interviu planą buvo atlikti du interviu su 16–18 m. merginomis, naudojantis *Microsoft Teams* platforma. Interviu buvo transkribuoti pažodžiui. Kiekvienas

transkriptas buvo kelis kartus perskaitytas, siekiant geriau įsigilinti į dalyvių patirtis ir pažymint kilusius pastebėjimus.

Pradžioje buvo numatyta vadovautis duomenų prisotinimo (angl. *data saturation*) principu, tačiau dėl objektyvių laiko ribojimų duomenų rinkimas buvo užbaigtas anksčiau, nei pasiektas prisotinimas. Nepaisant to, abu interviu suteikė reikšmingos, giluminės informacijos apie ekologinio nerimo patirtis.

Organizavimo fazė

Buvo sukurta pradinė kategorizavimo matrica, pagrįsta literatūros apžvalga ir tyrėjų profesine patirtimi. Iš anksto numatytos keturios pagrindinės kategorijos: 1) ekologinį nerimą skatinantys veiksniai; 2) kognityvinis-emocinis atsakas; 3) elgesys; 4) santykiai. Analizės vienetu pasirinktos interviu transkripcijos, kurios pradžioje buvo analizuojamos atskirai. Vėliau analizuoti sakiniai arba kiti prasminiai vienetai (teksto dalys), atspindintys su ekologiniu nerimu susijusius išgyvenimus, mintis, elgesį.

Remiantis turinio analizės principais, kiekvienai kategorijai suformuluoti teoriniai apibrėžimai, subkategorijos ir kategorizavimo taisyklės. Su kita tyrėja aptarus preliminarų pirmojo interviu kodavimą, buvo patikslinti kai kurių kategorijų apibrėžimai ir papildytos subkategorijos. Kiekvienai kategorijai atrinktos reprezentatyvios citatos, iliustruojančios jos turinį. Šie žingsniai itin svarbūs siekiant užtikrinti tyrimo patikimumą.

Atliekant pagrindinę duomenų analizę iš abiejų interviu atrinkti tik tie prasminiai vienetai, kurie buvo aktualūs pagal tyrimo tikslą ar kategorizavimo matricą. Prasminiai vienetai apibendrinti, jiems priskirti preliminarūs kodai, kurie vėliau buvo sugrupuoti į bendrines subkategorijas ir kategorijas. Palyginus pagrindines kategorijas su bendrinėmis, matrica papildyta nauja kategorija – „ateities sprendimai“, taip pat suformuluoti galutiniai subkategorijų pavadinimai.

Ataskaitos rengimo fazė

Tyrime detaliai dokumentuoti analizės žingsniai, nurodytos tyrimo fazės, pasirinkimai ir jų pagrindimas. Rezultatai pristatyti struktūruotai, su atraminėmis citatomis.

Etiniai tyrimo aspektai

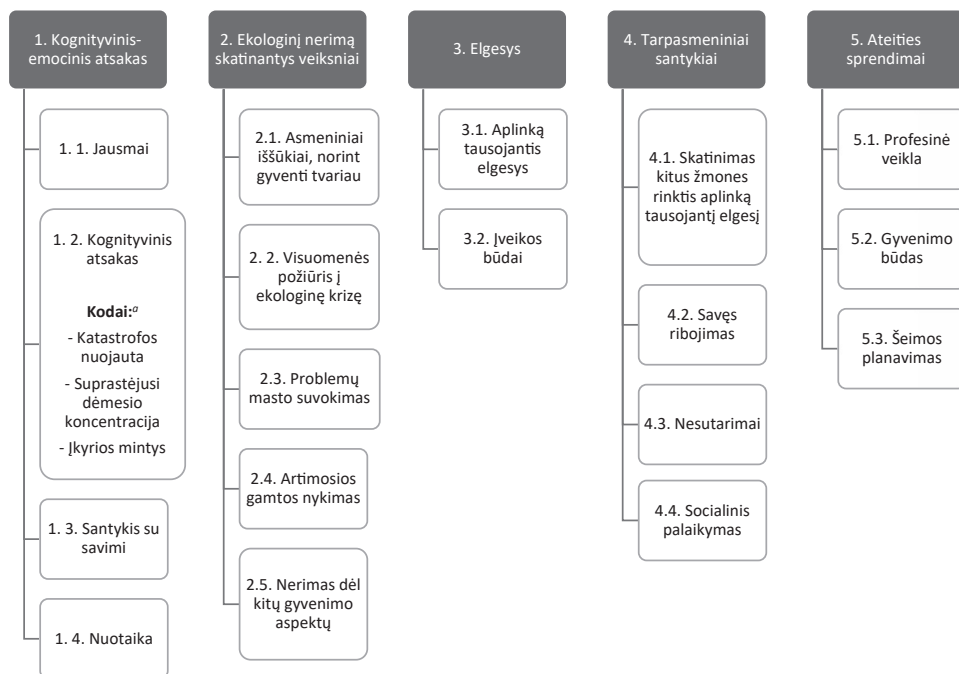
Tyrimas buvo atliktas laikantis pagrindinių etikos principų – užtikrintas informuotas sutikimas (Crowe et al., 2011; Willig, 2008), konfidencialumas, dalyvių teisė pasitraukti ir psichologinės gerovės apsauga, vadovaujantis Amerikos psichologų asociacijos (2017), Pasaulio sveikatos organizacijos (n. d.) ir Lietuvos bioetikos komiteto (2020) rekomendacijomis. Dalyvėms suteikta išsami informacija apie tyrimą, duomenų naudojimą ir emocinės pagalbos galimybes, o jų tapatybė ir vietovės pavadinimas buvo pakeisti.

Rezultatai

Duomenys pateikiami klinikinių atvejų aprašymui artima forma – pradžioje nurodoma bendrinė informacija apie tyrimo dalyvę, tada – išanalizuoti pusiau struktūruoto interviu duomenys. Interviu metu kilusius pastebėjimus pagrindinė tyrėja pateikia pirmuoju asmeniu. Dėl didesnio aiškumo toliau pateiktame paveiksle pavaizduotos kategorijos ir subkategorijos.

Paveikslas

Kategorijos ir subkategorijos



^a Preliminarių kodų pavyzdžiai.

Atvejų aprašymai

I ATVEJIS. Miglė yra 16 m. gimnazistė iš Šiaulių, šiuo metu besimokanti 9-oje klasėje. Ekologija susidomėjo būdama 4-oje klasėje, kai pradėjo rūšiuoti. Mergina kartu su šeima gyvena miško pakraštyje.

1. Kognityvinis-emocinis atsakas. Dėl ekologinės krizės merginai kyla įvairių jausmų (1.1.): kaltė, beviltiškumas, bejėgystė, nerimas, nesaugumas, vienišumas – ji kartais jaučiasi kaip *juoda avis*. Miglės pasisakymuose netiesiogiai atsiskleidė liūdesys, kurį daugiausia pajutau iš jos kūno kalbos ir man pačiai kylančio liūdesio, ir pyktis, kurį perteikė jos nupasakotos konfliktinės situacijos su šeima, draugais. **Kognityvinis (1.2.)**

lygmeniu merginai būdinga katastrofos nuojauta – *pradėjau <...> galvoti, kad čia apokalipsė laukia*. Ekologijos klausimai svarbūs ir merginos **santykiui su savimi (1.3.)** – ji būna reikli sau (*kartais tu jautiesi tiesiog blogas žmogus, nes <...> nepadarai visko, ką galėtum padaryti, arba nežinai visko, ką turėtum žinoti*), abejoja savimi, kai susiduria su kitaip mąstančiais žmonėmis (*kartais tiesiog sustoji ir klausai savęs ir galvoji – ar aš vienas išsigalvoju*), ir kartais jaučia baimę tapti neadekvačia (*išprotėti, atbukti*).

2. Ekologinį nerimą skatinantys veiksniai. Miglės ekologinį nerimą paskatina **asmeniniai iššūkiai, norint gyventi tvariau (2.1.)** – ji neturi realių tokio gyvenimo pavyzdžių, taip pat kai kada jai tenka naudoti plastiką. Nerimą kelia ir **visuomenės požiūris į ekologinę krizę (2.2.)**, pavyzdžiui, klimato krizės neigimas, „sušvelninimas“ arba tai, kad kai kuriems žmonėms rūpi tik jų asmeniniai ar verslo interesai. **Problemų masto suvokimas (2.3.)** dėl domėjimosi ekologine krize žiūrint dokumentinius filmus ar skaitant irgi kelia nerimą, kaip ir tai, jog šiuos *faktus pagrindžia gamta* – mergina stebi **artimosios gamtos nykimą (2.4.)**: *gyvenu apskrityje, tai netoli miško matosi iškirsti plotai, matosi temperatūrų svyravimas ir panašiai*.

3. Elgesys. Miglė savo **elgesiu stengiasi tausoti aplinką (3.1.)**: rūšiuoja, renkasi mažiau taršius keliavimo būdus (viešąjį transportą, vaikščiojimą pėsčiomis), tvariai apsiperka (*stengsiuosi nepirkti tų produktų, kurie man yra reikalingi*), nevartoja mėsos produktų, o jos šeima naudoja saulės elektrinę. Mergina atrado įvairių **įveikos būdų (3.2.)**, dėl kurių jaučia *šioją tokį palengvėjimą*: jai svarbus aplinkosauginės *žinios skleidimas* (dalyvauja aplinkosauginiame aktyvizme), kartais jai padeda tiek literatūros šiomis temomis skaitymas, tiek atsitraukimas nuo ekologinės krizės klausimų.

4. Tarpasmeniniai santykiai. Domėjimasis aplinkosauga ir pastangos gyventi tvariai veikia merginos santykius – ji **skatina kitus žmones** (šeimos narius, draugus, bendramokslus) **rinktis aplinką tausojantį elgesį (4.1.)**, kartais dėl savo požiūrio jai **tenka save riboti (4.2.)** būnant su draugais (*aš negaliu tada daryti tam tikrų dalykų arba įeigu darau, jaučiuosi kalta po to...*), taip pat kartais **kyla nesutarimų (4.3.)** šeimoje ir su draugais. Surasti bendraminčiai (aplinkosaugos tema – aut. past.) yra jos **socialinis palaikymas (4.4.)**.

5. Ateities sprendimai. Miglė svarsto apie kelias specialybes, tačiau savo **profesinę veiklą (5.1.)** tiesiogiai arba netiesiogiai norėtų sieti su aplinkosauga, taip pat norėtų, kad visuomeninė veikla, kaip antai švietimas aplinkosaugos klausimais, aktyvizmas būtų jos **gyvenimo būdo (5.2.)** dalis.

II ATVEJIS. Rūta yra 18 m. mergina iš Vilniaus. Šiuo metu ji mokosi 12-oje klasėje, tačiau baigusi mokyklą žada daryti pertrauką ir kol kas nestudijuoti. Rūta *gana ilgą laiką* nerimauja dėl ekologinės krizės, o ypač – pastaruosius dvejus metus.

1. Kognityvinis-emocinis atsakas. Dėl ekologinės krizės Rūta jaučia blogą **nuotaiką (1.4.)**, jai kyla įvairių **jausmų (1.1.)**: kaltė, beviltiškumas, bejėgystė, nerimas, nesaugumas, liūdesys. Rūtai kalbant apie nesutarimus su mama dėl rūšiavimo, atsiskleidė ir jai kylantis pyktis. **Kognityvinis (1.2.)** lygmeniu merginai būdinga katastrofos nuojauta (*dabar yra pasaulio pabaiga, vyksta dabar, labai lėtai, bet vyksta*), taip pat Rūta suvokia, kad įkyriai

galvoja apie ekologines problemas, o su tuo ir nerimu sieja suprastėjusią dėmesio koncentraciją. Ekologijos klausimai svarbūs ir merginos **santykiui su savimi (1.3.)** – ji būna reikli sau (*atsiranda <...> kaltės jausmas, kad aa galėjau aš, pavyzdžiui, puoduko šito nepaimti ir galėjau savo puoduką pasiimti, nueiti į kavinę ir tenai įsipilti į savo puoduką*).

2. Ekologinį nerimą skatinantys veiksniai. Rūtos ekologinį nerimą skatina **problemų masto suvokimas (2.3.)** dėl domėjimosi aplinkosauga ir vis pasirodančios informacijos žiniasklaidoje. **Nerimas dėl kitų gyvenimo aspektų (2.5.)** – savo ateities sprendimų, situacijos visuomenėje (pavyzdžiui, pandemija) prisideda prie merginos jaučiamo ekologinio nerimo.

3. Elgesys. Rūta savo **elgesiu** stengiasi **tausoti aplinką (3.1.)**: rūšiuoja, tvariai apsiperka (stengiasi naudoti mažiau plastiko, vienkartinį indų, tam tikrus produktus mėgina pakeisti tvaresniais), pasirenka mažiau taršius keliavimo būdus. Mergina taip pat atrado **įveikos būdų (3.2.)**: jai svarbus *žinios skleidimas: visą laiką prasideda nuo pačių mažiausių ratų, tai yra tavo šeima, tada draugai, tada kolegos ir taip toliau <...> paprasčiausiu būdu, nežinau, tiesiog gal parodant, kad galima galbūt <...> – pabandom dar pakeisti, pabandom dar savaitę pagyventi be to ar to, pabandom <...> daugiau vaikščioti, pabandom... kažką padaryti, kas būtų tiesiog globaliai naudinga žemei ir <...> sveikatai mūsų*.

4. Tarpasmeniniai santykiai. Domėjimasis aplinkosauga ir pastangos gyventi tvariau veikia merginos santykius – ji **skatina kitus žmones rinktis aplinką tausojantį elgesį (4.1.)**, tačiau kartais šeimoje dėl to **kyla nesutarimų (4.3)**. Kita vertus – artimieji yra ir jos **socialinis palaikymas (4.4.)**.

5. Ateities sprendimai. Rūta gyvenamąją vietą norėtų rinktis ten, *kur būtų daugiau gryno oro*, o rinkdamasi transportą, svarstytų apie elektromobilį – domėjimasis aplinkosauga svarbus ir jos ateities **gyvenimo būdai (5.2.)**. Merginai aktualus **šėimos planavimas (5.3.)**, jai neramu, *kas bus jos vaikams – nenoriu savo vaikų leisti į dar žiauresnį pasaulį, nei tokiam, kokiam aš dabar gyvenu, kuris yra nenusipėjamas ir dabar griūna. Jeigu būtų tikrai blogai, mergina planuotų mažiau vaikų arba svarstytų įsivaikininimo galimybę – reiktų padėti žmonėms, kurie jau yra*.

Rezultatų aptarimas

Tyrimo dalyvės dėl ekologinės krizės patiria įvairių jausmų – kaltę, beviltiškumą, bejėgystę, nerimą, nesaugumą, liūdesį, pyktį, viena iš jų – vienišumo jausmą. Viena dalyvė minėjo „blogą nuotaiką“. Literatūroje aprašomi panašūs ekologinės krizės keliama jausmai ir prislėgta nuotaika, o kai kur prie „ekologinių emocijų“ išskiriama ir baimė, kuri tyrimo dalyvių nebuvo tiesiogiai įvardyta, tačiau ją buvo galima nujauti joms kalbant apie katastrofiškus ateities scenarijus, artėjančią pasaulio pabaigą (Clayton et al., 2017; Clayton & Karazsia, 2020; Fritze et al., 2008; Jones & Lucas, 2023; Ojala, 2012; Sanson et al., 2019; Wright et al., 2021). Pihkala (2020), aprašydamas ekologinį nerimą iš egzistencinio nerimo perspektyvos, atkreipė dėmesį į tai, jog pasaulinė ekologinė krizė gali sukelti gilų „ontologinio nesaugumo“ jausmą, dėl kurio gali kilti nerimas, depresija, gynybinės reakcijos. Kitame straipsnyje Pihkala (2021) atkreipia dėmesį, kad svarbu suprasti ir

kalbėti ne tik apie ekologinį nerimą, bet atskirti ir kitas „ekologines emocijas“, kurios gali kilti vaikams ir jaunimui. Pavyzdžiui, dėl ekologinės situacijos gali kilti liūdesys, taip pat poreikis gedėti, tačiau jei nėra galimybių išreikšti šiuos jausmus – kyla nerimas.

Tyrimo dalyvių pasakojimuose matyti, kad jų požiūris į ekologinę situaciją susijęs su tam tikrais iššūkiais tarpasmeniniuose santykiuose – jos skatina kitus žmones pakeisti elgesį į labiau aplinką tausojantį, tačiau tai kartais kelia sunkumų. Abidvi merginos sakė, jog kartais išsiskyrus požiūriams su aplinkiniais kyla konfliktų, o vienai jų tenka save riboti, atsisakyti tam tikrų veiklų, būnant su draugais. Galimi socialinio funkcionavimo sunkumai buvo aptikti ir klimato nerimo vertinimo skalės kūrėjų. Ši skalė, sukurta Clayton ir Karazsia (2020), vadinama Klimato kaitos nerimo skale (angl. *Climate Change Anxiety Scale*), skirta įvertinti, kaip stipriai žmogų paveikia su klimato kaita susijęs nerimas įvairiose gyvenimo srityse. Ji laikoma patikimu įrankiu klimato nerimo tyrimams. Skalėje išskiriami du pagrindiniai aspektai: 1) socialinio funkcionavimo sunkumai (pvz., sunkumai bendraujant ar dalyvaujant kasdienėje veikloje) ir 2) emociniai-kognityviniai sunkumai. Pastarieji apima dėmesio koncentracijos sutrikimus, mintis apie klimato kaitą, emocines reakcijas. Būtent apie dėmesio koncentracijos sunkumus kalbėjo ir viena iš tyrimo dalyvių. Minėtoje klimato nerimo subskalėje, vertinančioje emocinius-kognityvinius sunkumus, klausiama, kaip dažnai žmogus kvestionuoja / analizuoja savo reakcijas, mintis, jausmus dėl klimato kaitos – tai gana artima mūsų tyrime išskirtai subkategorijai „santykis su savimi“ (Clayton & Karazsia, 2020). Viena iš tyrimo dalyvių išsakė įkyrų galvojimą apie ekologinę krizę – toks, galbūt obsesinis, mąstymas aprašomas ir kitame šaltinyje (Searle & Gow, 2010).

Ekologiniam nerimui įtakos turi socialiniai tinklai ir žiniasklaida, „priartinantys“ globalias problemas bei kitų šalių ir kontinentų įvykius (Lee et al., 2020; Pihkala, 2020; Pinsky et al., 2020). Problemos masto suvokimo sąsajos su ekologiniu nerimu atsispindi ir mūsų tyrime. Tyrime atsiskleidė ir kiti veiksniai, kurie dalyvių patirtyse susiję su ekologiniu nerimu. Vienai jų nerimą kelia ar jį sustiprina patiriami asmeniniai iššūkiai, norint gyventi tvariau, pavyzdžiui, realių tvaraus gyvenimo pavyzdžių nebuvimas aplinkoje. 2021 m. kovą nevyriausybės organizacijos *Force of Nature* išleistame pranešime nurodoma, kad tik 26 proc. tarptautiniame tyrime dalyvavusio jaunimo pažymėjo, jog turi aiškų suvokimą, kaip galėtų prisidėti prie klimato kaitos mažinimo savo elgesiu (Wright et al., 2021). Visuomenės santykis su ekologine krize (klimato krizės neigimas, problemų „sušvelninimas“ ar nepakankamas dėmesys joms) ir artimosios gamtos nykimas – kiti veiksniai, galbūt suintensyvinantys tyrimo dalyvių ekologinį nerimą. Nepalankus suaugusiųjų požiūris į ekologinę krizę, vaikų jausmus, „balsą“ ir nepakankamas jų veiknumas yra aprašomi kaip vaikams, susirūpinusiems dėl ekologinių problemų, nerimą keliantys veiksniai (Pinsky et al., 2020). Viena iš dalyvių pažymėjo, kad jos ekologinis nerimas akumuluojasi su nerimu, patiriamu dėl kitų gyvenimo aspektų. Literatūroje rašoma, kad aukštas nerimo lygis gali būti rizikos veiksnys kilti nerimui dėl klimato (Fritze et al., 2008; Pihkala, 2020).

Dalyvių pasakojimuose ekologinė situacija siejasi su jų kasdienybe ir svarstymais apie ateitį. Abi dalyvės stengiasi rinktis aplinką tausojantį elgesį – rūšiuoja, sąmoningai

apsiperka, renkasi mažiau taršius keliavimo būdus, viena iš jų nevarvoja mėsos gaminių, o jos šeima naudoja saulės energiją – tokia elgsena minima ir kituose šaltiniuose (Ojala, 2012; Royal College of Psychiatrists, 2022). Yra pastebėta, kad bet kokie, kad ir maži, veiksmai gali padėti susigrąžinti kontrolės ir vilties jausmus (Clayton et al., 2017; Fritze et al., 2008; Pinsky et al., 2020; Royal College of Psychiatrists, 2022). Tyrimo dalyvės pažymi, kad ekologinė situacija svarbi ir jų ateities planams – abi mano, jog tai paveiks jų gyvenimo būdo pasirinkimus. Viena jų sakė, kad susirūpinimas aplinkosauga gali lemti būsimos profesijos pasirinkimą, o kita svarstė, kad į tai atsižvelgs planuodama šeimą. Panašios tendencijos atsispindi ir kituose tyrimuose (Clayton et al., 2017; Sanson et al., 2019; Wright et al., 2021).

Analizuojant interviu duomenis išryškėjo dalyvių pasitelkiamų įveikos būdų subkategorija – abiem merginoms tai „žinios skleidimas“, vienai jų – literatūros apie aplinkosaugą skaitymas, o kartais – atsisitraukimas nuo šios temos. Nors rezultatų dalyje socialinis palaikymas buvo priskirtas santykių sferai, ji galima laikyti ir įveikos būdu. Visi paminėti įveikos būdai rekomenduojami ir Karališkosios psichiatrijos kolegijos (angl. *Royal College of Psychiatrists*) (2022) kaip priemonės, padedančios sumažinti „ekologinį distresą“. Įdomu, kad kolegija domėjimasi aplinkosauga siūlo kaip vieną iš būdų mažinti „ekologinį distresą“, nors anksčiau mūsų straipsnyje minėta, jog problemos masto suvokimas gali padidinti nerimą. Kita vertus, psichiatrai atkreipia dėmesį, kad svarbu savęs neperkrauti informacija ir pakankamai dėmesio skirti laisvalaikiui, atsipalaidavimui.

Tyrimo ribotumai

Nors tyrimo rezultatai atskleidžia svarbius ekologinį nerimą patiriančių paauglių išgyvenimų aspektus, jie atspindi tik šiame tyrime dalyvavusių paauglių patirtį ir dėl mažos tyrimo imties negali būti apibendrinami. Tai, kad į kvietimą dalyvauti tyrime atsiliepė tik merginos, galėjo turėti įtakos tyrimo rezultatams. Norint aiškiau suprasti lyties ir kitų demografinių veiksnių sąsajas su ekologinį nerimą patiriančių paauglių patirtimis, reikia tolesnių tyrimų. Nors šiame darbe stengtasi laikytis kokybės standartų, didesnį validumą galėjo užtikrinti: didesnė tyrimo dalyvių imtis, kelių tyrėjų atliekama duomenų analizė (Crowe et al., 2011; Willig, 2008).

Išvados

Tyrimo rezultatai atskleidžia, kad ekologinė krizė dalyvių patiriama kaip daugialypis reiškinys, apimantis emocinius išgyvenimus, kasdienius pasirinkimus, santykius su kitais ir savimi bei ateities įsivaizdavimą. Nors merginos siekia gyventi atsakingai, jų vertybės kartais tampa ir galimu izoliacijos šaltiniu – dėl aplinkosauginių įsitikinimų jos patiria nesusikalbėjimą ar įtampą santykiuose su šeimos nariais ir bendraamžiais. Visa tai išryškina vidinį konfliktą – kaip išlikti ištikimoms savo vertybėms ir kartu priklausyti bendraamžių grupei, išlaikant emocinę pusiausvyrą.

Tokių išgyvenimų sudėtingumas leidžia daryti prielaidą, kad dalyvių patiriamas emocinis krūvis gali sietis su psichologinės gerovės pažeidžiamumu. Pavyzdžiui, viena iš dalyvių sakė, kad dėl ekologinės krizės patiria blogą nuotaiką, įkyrias mintis bei dėmesio sunkumus, o tai gali apsunkinti funkcionavimą įvairiose gyvenimo srityse. Vis dėlto dalyvių pasakojimuose atsiskleidžia ir aktyvios pastangos tvarkytis su sunkiais išgyvenimais, kaip antai domėjimasis aplinkosauga, dalijimasis žiniomis, atsitraukimas nuo šios temos ar mezgant santykius gaunamas palaikymas. Svarbu ir tai, kad tyrimo dalyvių patirtys daugeliu aspektų artimos kitų šalių tyrimuose aprašytoms jaunimo reakcijoms į ekologinę krizę – tai leidžia suprasti ekologinį nerimą kaip tiek globalų, tiek asmeniškai išgyvenamą reiškinių.

Rekomendacijos

Dėl nedidelės imties tyrimo rezultatai nėra reprezentatyvūs platesnei populiacijai. Nepaisant to, kokybinė metodologija leido atskleisti svarbias dalyvių patirtis, susijusias su ekologiniu nerimu, todėl tyrimo *išvalgos gali būti vertingos tiek konsultacinėje praktikoje, tiek tolesniuose tyrimuose, ypač kurių dalyviai – paaugliai.*

Nors tyrimo dalyvės nebuvo tiesiogiai paveiktos klimato katastrofų, jų pasakojimai atskleidė, kad ir netiesioginė ekologinės krizės patirtis gali sietis su išgyvenamu psichologiniu krūviu. Tikėtina, kad *dėl neišspręstų aplinkosaugos problemų* ir informacijos gausos su ekologiniu nerimu susidurs vis daugiau paauglių – taigi ir juos konsultuojančių specialistų. Todėl rekomenduojame ekologinės krizės poveikio psichikos sveikatai temą įtraukti į psichikos sveikatos specialistų rengimą ir metodinių rekomendacijų kūrimą.

Konsultaciniame darbe svarbu padėti paaugliams atpažinti ir normalizuoti jausmus, susijusius su ekologine situacija. Atsižvelgiant į tyrimo metu išsakytą bejėgiškumo jausmą, svarbu padėti jaunuoliams ieškoti savęs „įgalinimo“ būdų – skatinti juos įsitraukti į aplinkai draugiškas ar bendraminčių iniciatyvas. Tokios veiklos gali stiprinti prasmės, bendrystės ir vilties pojūtį. Tyrimas taip pat atskleidė dalyvių vidinį konfliktą – kaip išlikti ištikimoms savo aplinkosauginėms vertybėms, bet kartu priklausyti bendraamžių grupei. Manome, kad konsultacijose naudinga tyrinėti, kaip jaunuoliai derina aplinkosaugines vertybes su socialiniais santykiais, kaip tai veikia jų savivaizdį ir psichologinę būseną.

Ateities tyrimuose siūlome detaliau nagrinėti ekologinio nerimo raišką skirtingose amžiaus grupėse, atsižvelgiant į raidos, socialinius ir kultūrinius kontekstus. Svarbu suprasti, kaip šis reiškinys veikia ne tik asmens, bet ir šeimos bei bendruomenių gerovę.

Psichikos sveikatos specialistai gali prisidėti prie visuomenės edukacijos, elgesio pokyčių, skatindami atsakingesnį požiūrį į aplinką. Vaikams ir paaugliams svarbu matyti suaugusiuosius, kurie pripažįsta aplinkosaugos problemas ir prisideda prie jų sprendimo – tai stiprina bendrumo jausmą, mažina asmeninės atsakomybės našta ir su tuo susijusį kaltės jausmą.

Padėka

Norime padėkoti Mykolo Romerio universiteto Aplinkos psichologijos tyrimų centro mokslininkams dr. Audrai Balundei ir prof. dr. Mykolui S. Poškui už konsultacijas planuojant tyrimą. Dėkojame tyrimo dalyvėms ir organizacijoms, prisidėjusioms prie tyrimo sklaidos.

Autorių indėlis

Neringa Čėnaitė: idėjų kūrimas (*Conceptualization*), duomenų paruošimas (*Data curation*), formalioji analizė (*Formal analysis*), tyrimas (*Investigation*), metodologija (*Methodology*), vizualizacija (*Visualization*), rašymas – pradinė versija (*Writing – original draft*), rašymas – peržiūra ir redagavimas (*Writing – review & editing*).

Asta Dervinytė-Bongarzoni: idėjų kūrimas (*Conceptualization*), metodologija (*Methodology*), vadovavimas (*Supervision*), rašymas – peržiūra ir redagavimas (*Writing – review & editing*).

Literatūra

American Psychological Association. (2017). *Ethical principles of psychologists and code of conduct*. <https://www.apa.org/ethics/code>

Assarroudi, A., Nabavi, F., Armat, M., Ebadi, A., & Vaismoradi, M. (2018). Directed qualitative content analysis: The description and elaboration of its underpinning methods and data analysis process. *Journal of Research in Nursing*, 23(1), 42–55. <https://doi.org/10.1177/174498711774166>

Čėnaitė, N., & Dervinytė-Bongarzoni, A. (2022). Ekologinės krizės įtaka vaikų ir jaunimo psichikos sveikatai: ekologinis nerimas. *Visuomenės sveikata*, 3(98), 10–19.

Cianconi, P., Hanife, B., Grillo, F., Betro, S., Lesmana, C., & Janiri, L. (2023). Eco-emotions and psychoterratic syndromes: Reshaping mental health assessment under climate change. *Yale Journal of Biology and Medicine*, 96(2), 211–226. <https://doi.org/10.59249/EARX2427>

Clayton, S. (2020). Climate anxiety: Psychological responses to climate change. *Journal of Anxiety Disorders*, 74, Article 102263. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2020.102263>

Clayton, S., & Karazsia, B. (2020). Development and validation of a measure of climate change anxiety. *Journal of Environmental Psychology*, 69, Article 101434. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2020.101434>

Clayton, S., Manning, C., College, M., Krygsman, K., Speiser, M., Cunsolo, A., Derr, V., Doherty, T., Fery, P., Haase, E., Kotcher, J., Silka, L., & Tabola, J. (2017). *Mental health and our changing climate: Impacts, implications, and guidance*. American Psychological Association, and ecoAmerica.

Climate Psychology Alliance. (2022). *The handbook of climate psychology*. Climate Psychology Alliance. <https://www.climatepsychologyalliance.org/images/files/handbookofclimatepsychology.pdf>

Crowe, S., Cresswell, K., Robertson, A., Huby, G., Avery, A., & Sheikh, A. (2011). The case study approach. *BMC Medical Research Methodology*, 11, Article 100. <https://doi.org/10.1186/1471-2288-11-100>

Elo, S., Kääriäinen, M., Kanste, O., Pölkki, T., Utriainen, K., & Kyngäs, H. (2014). Qualitative content analysis: A focus on trustworthiness. *SAGE Open*, 4(1). <https://doi.org/10.1177/2158244014522633>

Fridays For Future website. (n.d.). Retrieved May 20, 2021, from <https://fridaysforfuture.org/>

Fritze, J., Blashki, G., 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), Article 13. <https://doi.org/10.1186/1752-4458-2-13>

Gaižauskaitė, I., & Valavičienė, N. (2016). *Socialinių tyrimų metodai: Kokybinis interviu: vadovėlis*. Valstybės įmonė Registrų centras.

Hickman, C., Marks, E., Pihkala, P., Clayton, S., Lewandowski, R. E., Mayall, E., Wray, B., Mellor, C., & 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)

Jones, C. A., & Lucas, C. (2023). ‘Listen to me!’: Young people’s experiences of talking about emotional impacts of climate change. *Global Environmental Change*, 83, Article 102744. <https://doi.org/10.1016/j.gloenvcha.2023.102744>

Kurth, C., & Pihkala, P. (2022). Eco-anxiety: What it is and why it matters. *Frontiers in Psychology*, 13, Article 981814. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.981814>

Lee, K., Gjersoe, N., O’Neill, S., & Barnett, J. (2020). Youth perceptions of climate change: A narrative synthesis. *WIREs Climate Change*, 11(3), Article e641. <https://doi.org/10.1002/wcc.641>

Lietuvos bioetikos komiteto biomedicininių tyrimų ekspertų grupė. (2020). *Informuoto asmens sutikimo forma*. https://www.mf.vu.lt/images/bmt_iasf_v2020.docx

Ojala, M. (2012). How do children cope with global climate change? Coping strategies, engagement, and well-being. *Journal of Environmental Psychology*, 32(3), 225–233. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2012.02.004>

Palinkas, L., Horwitz, S., Green, C., Wisdom, J., Duan, N., & Hoagwood, K. (2015). Purposeful sampling for qualitative data collection and analysis in mixed method implementation research. *Administration and Policy in Mental Health*, 42(5), 533–544. <https://doi.org/10.1007/s10488-013-0528-y>

Pihkala, P. (2020). Anxiety and the ecological crisis: An analysis of eco-anxiety and climate anxiety. *Sustainability*, 12(19), Article 7836. <https://doi.org/10.3390/su12197836>

Pihkala, P. (2021). *Eco-anxiety among children and adolescents in light of recent research*. https://www.academia.edu/46970327/Eco_anxiety_among_children_and_adolescents_in_light_of_recent_research

Pinsky, E., Guerrero, A., & Livingston, R. (2020). Our house is on fire: Child and adolescent psychiatrists in the era of the climate crisis. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 59(5), 580–582. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2020.01.016>

Royal College of Psychiatrists. (2020). *The climate crisis is taking a toll on the mental health of children and young people*. <https://www.rcpsych.ac.uk/news-and-features/latest-news/detail/2020/11/20/the-climate-crisis-is-taking-a-toll-on-the-mental-health-of-children-and-young-people?searchTerms=climate>

Royal College of Psychiatrists. (2022). *Eco distress – for young people*. <https://www.rcpsych.ac.uk/mental-health/parents-and-young-people/young-people/eco-distress---for-young-people?searchTerms=environmental>

Sanson, A., Van Hoorn, J., & Burke, S. (2019). Responding to the impacts of the climate crisis on children and youth. *Child Development Perspectives*, 13(4), 201–207. <https://doi.org/10.1111/cdep.12342>

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>

Smilingytė, E. (2022). *Jaunų suaugusiųjų ekologinio nerimo ryšys su jo įveikos strategijomis, aplinką tausojančiu elgesiu bei depresijos ir nerimo simptomais* [Magistro darbas, Vilniaus universitetas].

Willig, C. (2008). *Introducing qualitative research in psychology* (2nd ed.). Open University Press.

World Health Organization Research Ethics Review Committee. (n.d.). *Informed assent form template for children/minors*. WHO. https://www.who.int/docs/default-source/documents/ethics/ethics-informedassent.doc?sfvrsn=cc397f54_0

Wright, S., Han, V., & Hogan, C. (2021). *The rise of eco-anxiety: March 2021 report*. Force of Nature. <https://static1.squarespace.com/static/5ec405510f879d0420d5581d/t/603d35823bcb991173f60819/1614624142358/Force+of+Nature+%28THE+RISE+OF+ECO-ANXIETY%29.pdf>

Zemlickas, R. (2023). *Su klimato kaita susijęs nerimas tarp jaunų suaugusiųjų* [Magistro darbas, Vilniaus universitetas].

Žukauskienė, R. (2012). *Raidos psichologija: integruotas požiūris*. Margi raštai.

Priedas

Pagrindiniai interviu klausimai

- Kaip tau atrodytų, kaip tu patiri pasaulinę ekologinę krizę?
- Kaip tu tai patiri savo kasdienybėje?
- Kaip tu manai, kokią įtaką tai daro, jei daro, tavo ateities planams?
- Kokią tai įtaką daro, jei daro, santykiams su žmonėmis, esančiais šalia tavęs?
- Kokią tai įtaką daro, jei daro, santykiui su savimi pačiu (-ia)?