



Die Klimakrise und andere Gesundheitskrisen bewältigen

Individuelle Resilienz in der Schule systemisch stärken

Dr. Felix Peter

Schulpsychologischer Referent

FGÖ-KONFERENZ: "GESUNDHEIT FÖRDERN - KLIMA SCHÜTZEN", 21.6.2022, LINZ



Psychologie der Klimakrise

- **Bedrohung**: real, anhaltend, verunsichernd & existenziell
- zeitlich und räumlich **akut spürbar** und **stressauslösend** in ihrem bedrohlichen Ausmaß (global, komplex, unvorhersehbar & individuell unkontrollierbar)
- **menschengemacht** → Lösung liegt im menschlichen Handeln





Gesundheitliche Konsequenzen der Klimakrise

- Effekte auf die menschliche Gesundheit:
 - physisch: Verletzungen, Hitzestress, Erkrankungen, Infektionen ...
 - psychisch: z. B. chronischer Stress, Angst, Depression, Belastungsstörungen ...
- soziale Effekte:
 - soziale Konflikte: Gewalt & Unsicherheit
 - Migration: akute Gefahren & Stress

(z. B. Clayton, 2020; Sanson et al., 2019; van Susteren & Al-Delaimy, 2020)





Klimakrise = Gesundheitskrise



**Mensch =
Leidtragender**





Kinder und Jugendliche als Mehrfachbetroffene

1. von den **direkten Folgen** der Klimakrise und des Artensterbens
2. bei der Auseinandersetzung mit **Klimagefühlen** im Prozess der Bewusstwerdung (bei sich selbst und den Eltern)
3. hinsichtlich einer eingeschränkten eigenen **Zukunftsplanung** (sich schließende Optionen & zunehmende Ungewissheit)
4. bei der **direkten Bewältigung** der immer stärker werdenden Folgen
5. ...



(Hickman et al., 2021; Peter & Petermann, 2021; Peter & van Bronswijk, 2021)



Psychische Konsequenzen für Kinder & Jugendliche

- befinden sich inmitten **sensibler** kognitiver, emotionaler und körperlicher **Entwicklungsphasen**
→ Risiko für Gesundheit und Entwicklung
- z.B. schlechtere **Luftqualität** hat direkte (über Entzündungen; neurologische Erkrankungen) und indirekte Auswirkungen (Stress infolge chronischer Erkrankungen)
- weitere Stressoren: **Hitzestress, Pandemien, traumatische Erlebnisse, soziale Konflikte** etc.
- Schlüssel: **emotionale Verarbeitung**



(APA, 2022; Peter & Petermann, 2021; Peter & van Bronswijk, 2021)



Emotionen als Schlüssel

Sozial-ökologische Krisen

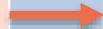


Vermittelnde Rolle der eigenen Werte

„Mir ist es wichtig, die Umwelt/meine Mitmenschen ... zu schützen“

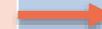
Risikobewertung

„Die Klimakrise bedroht mich / meine Mitmenschen / die Umwelt.“



Sorgen

„Ich mache mir Sorgen um meine Gesundheit / Mitmenschen / die Umwelt.“



Emotionale Reaktion

„Das macht mir Angst, macht mich wütend, macht mich traurig, frustriert mich...“



Emotionen als Schlüssel

Wenn wir das Risiko sehen, uns das Sorgen macht und ängstlich, frustriert, verzweifelt ... dann





Schule als Möglichkeitsraum

- Sozialisationskontext mit maximaler **Reichweite**
- Lernkontext mit vergleichsweise großen **Ressourcen**
- Gruppenkontext: soziale Kompetenz, **Zugehörigkeit**, soziale Normen
- Stärkung von **Wirksamkeitsüberzeugungen**:
 - individuelle Wirksamkeit: „Ich kann das“
 - kollektive Wirksamkeit: „Wir können das gemeinsam“
 - partizipative Wirksamkeit:
„Mein Engagement bringt die Gruppe voran“



(vgl. Bleh, 2021)



Zwei zentrale Herausforderungen in der Klimakrise

1. Anpassung: an die sich verändernden Lebensbedingungen
(gesund bleiben **und** Transformationsprozesse „aushalten“)

2. Entwicklung: unserer sozialen und ökonomischen Beziehungsweisen zur
Eindämmung und Prävention gravierenderer öko-sozialer Folgen

→ **Resilienz** als personale und soziale
Ressource zur Bewältigung von Krisen

(Peter & Petermann, 2021; Peter & van Bronswijk, 2021)





Resilienz aus der psycho-sozialen Perspektive

- dynamischer Anpassungs- und Entwicklungsprozess in Interaktion zwischen Individuum und einer (belastenden) Umwelt
 - Bildungskontext: Fokus auf dynamische Faktoren, auf die Einfluss genommen werden kann
 - z. B.: soziale & emotionale Kompetenzen, Selbstwahrnehmung, Selbstwirksamkeit, Selbstregulation, Stressbewältigung, Problemlösefähigkeiten
- Reflexionsfähigkeiten und Handlungskompetenzen



(Edelmann & Wessa, 2021; Fröhlich-Gildhoff & Rönnau-Böse, 2015; Niessen, Peter & Kantrowitsch, 2021)



Was bedeutet Resilienz angesichts globaler Krisen?

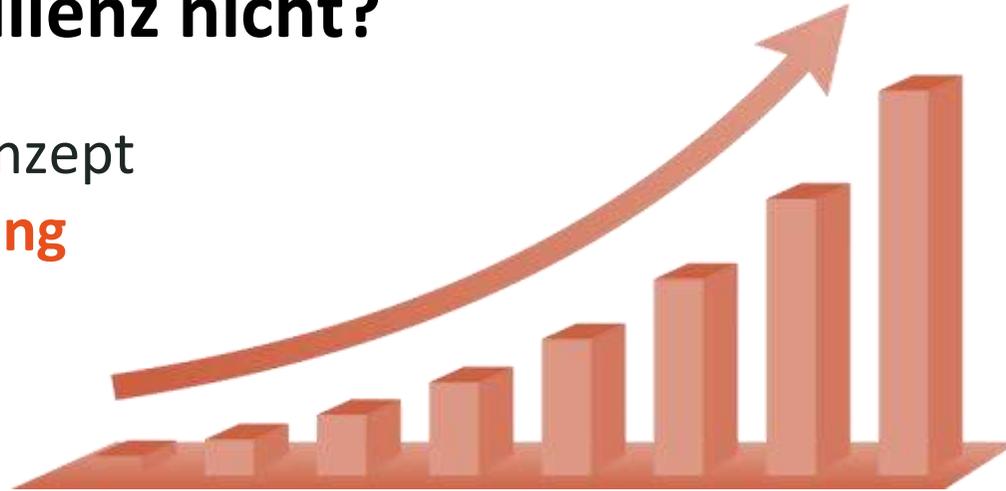
Klimakrise und andere sozial-ökologische Krisen = **permanente Veränderung!**

- in der Lage sein, unsere **Bewältigungsfähigkeit** über einen **langen Zeitraum** aufrechtzuerhalten und immer wieder auf neue Bedingungen zu reagieren
(Pihkala, 2019, S. 7)

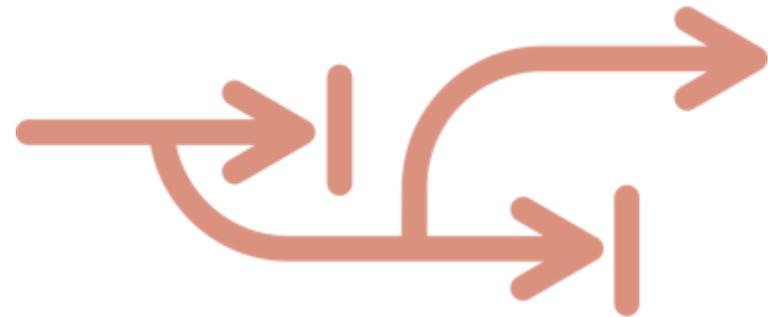


Was bedeutet Resilienz nicht?

1. Resilienz ist kein Konzept zur **Selbstoptimierung**



2. Resilienz bedeutet nicht einfach nur „Überleben“ durch **Anpassung**





Resilienzentwicklung in der Schule planen

1. doppelte **Zielstellung**:
 - **Anpassung** an die Klimakrisen-Folgen
 - Mitwirkung an **Transformationsprozessen**
2. **Mehrebenenperspektive**:
 - Resilienz als **individuelle Bewältigungskapazität**
 - Resilienz als **Kapazität von Gruppen bzw. sozialen Systemen**, Stress zu absorbieren und handlungsfähig zu bleiben

(Peter & Kantrowitsch, 2021; Wilson et al., 2020)



All images were used under the free Pixabay license, unless otherwise stated

**BEISPIEL
„STRESS“**

Anpassung
(gesund & handlungsfähig bleiben)

Entwicklung
(Mitwirkung an Transformation)

**individuelle
Ebene**

Meditation,
autogenes Training ...

Coaching, Fortbildung,
neuer Beruf ...



Schulebene

Team-Supervision,
Meditationskurs ...

Veränderungen in der
Arbeitsorganisation ...

HITZESTRESS I. D. SCHULE

Anpassung
(gesund & handlungsfähig bleiben)

Entwicklung
(Mitwirkung an Transformation)

individuelle Ebene

- im Gebäude bleiben
- Schatten aufsuchen
- viel trinken
- ...

- Selbstwirksamkeit
- kollektive Wirksamkeit
- Partizipation
- ...



Schulebene

- Sonnensegel auf d. Hof
- Klimatisierung
- Unterricht verkürzen
- ...

- BNE-Projekte
- Schulbaumschule
- „Nachhaltige Schule“
- ...



Resilienzförderung = Gesundheitsförderung

- Menschen befähigen, auf Bedrohungen bzw. Belastungen **emotional kompetent** und **handlungswirksam** zu reagieren
- Aufgabe von Institutionen bspw. im Bildungs- und Gesundheitswesen, entsprechende „Resilienzpläne“ zu implementieren
- Ziel solcher Pläne:
 - a) Menschen schützen (→ **Anpassung als akute Bewältigung**)
 - b) Eindämmung der Bedrohung/Belastung ermöglichen (→ **Transformation**)
- Fachkräfte im Bildungs- und Gesundheitswesen können:
 - die Bedeutung solcher Pläne herausstellen (individuell & sozial)
 - solche Pläne mit entwickeln und ihre Implementierung unterstützen





Auf einen Blick

- Individuen können Teil einer wirksamen solidarischen Gemeinschaft sein/ soziale Strukturen mitgestalten: schon in der Schule
- Vier-Felder-Tafel *praxisorientiertes Hilfsmodell* für
 - verschiedene Ebenen der Gesellschaft
 - verschiedene Bereiche des Zusammenlebens
- Fokus – Adaptation *und* Transformation:
 - (psychisch) gesund bleiben!
 - Umweltverbundenheit, **ökologisches Mainstreaming**
Bewältigung und Eindämmung öko-sozialer Krisen
- Schule:
 - Raum für Entwicklung und Sozialisation in der Gruppe
 - Erfahrung von individueller, kollektiver & partizipativer Wirksamkeit





Referenzen

- APA (2022). *Addressing the Climate Crisis. An Action Plan for Psychologists*. APA Task Force on Climate Change, <https://www.apa.org/science/about/publications/climate-crisis-action-plan.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>
- Bleh, J. (2021). What do we want!? Identität, Moral und Wirksamkeit. Eine sozialpsychologische Perspektive auf die Erfolgsfaktoren der jungen Klimabewegung. In L. Dohm, F. Peter, & K. van Bronswijk (Hrsg.), *Climate Action – Psychologie der Klimakrise. Handlungshemmnisse und Handlungsmöglichkeiten*. Psychosozial-Verlag.
- Edelmann, A., & Wessa, M. (2021). Resilienzförderung in der Schule. Herausforderungen und Chancen. *Praxis Schulpsychologie*, 26/2021.
- Fröhlich-Gildhoff, K. & Rönnau-Böse, M. (2015). *Resilienz [Resilience]*. München: utb/Reinhardt.
- Hickman, C., Marks, E., Pihkala, P., Clayton, S., Lewandowski, E. R., Mayall, E. E., Wray, B., Mellor, C. & van Susteren, L. (2021). *Young People’s Voices on Climate Anxiety, Government Betrayal and Moral Injury: A Global Phenomenon* (SSRN Scholarly Paper ID 3918955). Social Science Research Network. <https://doi.org/10.2139/ssrn.3918955>
- Niessen, P., Peter, F. & Kantrowitsch, V. (2021). Klimaresilienz aufbauen. Ein Vier-Felder-Schema zur Entwicklung praktischer Handlungsoptionen in der Klimakrise. *report psychologie*, 46(10/2021), 34–38.
- Peter, F. & Kantrowitsch, V. (2021). Psychologische Grundlagen schulischer Nachhaltigkeitsbildung. Menschenbilder, psychische Mechanismen und Schulen als Resilienz-Zentren. *Handbuch der Schulberatung*, 9/2021, 1-32 (Abschnitt 5.6.10).
- Peter F. & Petermann, D. (2021). Kinder und Jugendliche als Risikogruppe in der Klimakrise. Umwelt- und Klimaveränderungen in der Interaktion mit sensiblen Entwicklungsphasen. In M. Scherer, J. Berghold & H. Hierdeis (Hrsg.), *Klimakrise und Gesundheit. Zu den Risiken einer menschengemachten Dynamik für Leib und Seele*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Peter, F., van Bronswijk, K., & Rodenstein, B. (2021). Facetten der Klimaangst. Psychologische Grundlagen der Entwicklung eines handlungsleitenden Klimabewusstseins. In B. Rieken, R. Popp, & P. Raile (Eds.), *Eco-anxiety – Zukunftsangst und Klimawandel. Interdisziplinäre Zugänge*. Münster, New York: Waxmann.
- Pihkala, Panu 2019: *Climate Anxiety*. Helsinki: MIELI Mental Health Finland.
https://mieli.fi/sites/default/files/materials_files/mieli_climate_anxiety_30_10_2019.pdf
- van Susteren, L. & Al-Delaimy, W. K. (2020). Psychological Impacts of Climate Change and Recommendations. In W. K. Al-Delaimy, V. Ramanathan, & M. S. Sorondo (Eds.): *Health of People, Health of Planet and Our Responsibility. Climate Change, Air Pollution and Health*, pp. 177–192. Springer Open.
- Sanson, A. V., Hoorn, J. V., & Burke, S. E. L. (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>
- Wilson, R. S., Herziger, A., Hamilton, M., & Brooks, J. S. (2020). From incremental to transformative adaptation in individual responses to climate-exacerbated hazards. *Nature Climate Change*, 10(3), 200–208.
<https://doi.org/10.1038/s41558-020-0691-6>