

Miina Lintulahti

**Ilmastoahdistuneisuuden ilmeneminen
lapsilla ja nuorilla
Kuvaileva kirjallisuuskatsaus**

Opinnäytetyö

Sosiaali- ja terveysalan ammattikorkeakoulututkinto

Sosionomi, kouluhyvinvointi- ja kuraattorityö

2023



**Kaakkois-Suomen
ammattikorkeakoulu**

Tutkintonimike	Sosionomi
Tekijä/Tekijät	Miina Lintulahti
Työn nimi	Ilmastoahdistuneisuuden ilmeneminen lapsilla ja nuorilla
Toimeksiantaja	-
Vuosi	2023
Sivut	45
Työn ohjaaja(t)	Hannele Pulkamo

TIIVISTELMÄ

Opinnäytetyön tarkoituksena oli ajankohtaisen ja suomenkielisen tiedon tuottaminen alle 29-vuotiaiden lasten ja nuorten ilmastoahdistuneisuuden ilmene- misestä. Työn tavoitteena oli kuvailevan kirjallisuuskatsauksen avulla yhdistää jo valmiiksi saatavilla olevaa tietoa lasten ja nuorten ilmastoahdistuneisuuden ilmenemisestä.

Opinnäytetyön teoreettisessa viitekehyksessä tarkastellaan yleisesti ahdistu- neisuutta, ympäristö- ja ilmastoahdistuneisuutta, ympäristötunteita, lasten ja nuorten ilmastoahdistuneisuutta sekä vanhempien ja koulun tukea ilmastoah- distuneisuuteen. Teoreettisen osuuden sisältö kerättiin kansainvälisistä sekä suomenkielisistä artikkeleista ja tutkimuksista, kirjallisuudesta sekä verkkojul- kaisuista. Opinnäytetyön tutkimuskysymykseen etsittiin vastauksia 11 tutki- muksesta ja kahdesta katsaustyyppisestä artikkelista. Aineiston analyysin avulla aineistoista poimittiin ja eroteltiin tutkimuskysymykseen vastaavia tee- moja. Teemat jaoteltiin ylä- ja alakategoriaihin.

Opinnäytetyön tuloksien mukaan lapset ja nuoret kokevat maailmanlaajuisesti ilmastoahdistuneisuutta, huolta tulevaisuudesta sekä muita negatiivisia tun- teita liittyen ilmastomuutokseen. Lapset ja nuoret kokevat myös pettymystä päätöksentekijöiden ja valta-asemassa olevien henkilöiden toimettomuuteen ilmastonlämpenemisen hidastamisessa. Myös medialla on oma roolinsa ilmas- toahdistuneisuuden sekä muiden ilmastotunteiden kokemisessa. Opinnäyte- työn tulokset osoittavat myös lasten ja nuorten käyttävän erilaisia selviytymis- keinoja ilmastokriisiin liittyvien tunteiden hallitsemisessa.

Asiasanat: Ilmastomuutos, ilmastoahdistus, ilmastotunteet, lapset ja nuoret

Degree title	Bachelor of Social Services
Author (authors)	Miina Lintulahti
Thesis title	Eco-anxiety among children and young people
Commissioned by	-
Time	2023
Pages	45
Supervisor	Hannele Pulkamo

ABSTRACT

The purpose of this thesis was to produce current information about the climate anxiety among children and adolescents under the age of 29. The objective of the thesis was to combine readily available information on the climate anxiety among children and adolescents through a descriptive literature review.

The theoretical framework of the thesis examined anxiety in general, eco- and climate anxiety, environmental emotions, and climate anxiety among children and young people, as well as the support provided by parents and schools for the climate anxiety. The content of the theoretical part was gathered from international and Finnish articles, research papers, literature, and online publications. To answer the research question of the thesis, information was sought from 11 studies and two review-type articles. The analysis of the material involved extracting and separating themes relevant to the research question, which were categorized into main sub-categories.

According to the results of the thesis, children and adolescents globally experience climate anxiety, concerns about the future, and other negative emotions related to climate change. Children and adolescents also feel emotions of disappointment due to the inaction of decision-makers and individuals in positions of power in slowing down global warming. The media also plays a role in experience climate anxiety and other climate-related emotions. The findings of the thesis also indicate that children and adolescents employ various coping strategies to manage emotions related to the climate crisis.

Keywords: Climate change, Eco-anxiety, Climate anxiety, Children and adolescent

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	6
2	AHDISTUNEISUUDEN MÄÄRITTELY	7
	2.1.1 Ahdistuneisuus tunteena.....	7
	2.1.2 Ahdistuneisuushäiriöt.....	7
3	ILMASTONMUUTOKSEN VAIKUTUS MIELENTERVEYTEEN	8
4	YMPÄRISTÖ- JA ILMASTOAHDISTUS	8
	4.1 Ympäristötunteet.....	10
	4.2 Nuorten ja lasten ilmastoahdistuneisuus	12
	4.3 Aikuisten tuki ilmastotunteiden kanssa	13
5	OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET	14
6	AINEISTO JA MENETELMÄT	15
	6.1 Tutkimusmenetelmä	15
	6.2 Tiedonhaun kuvaus	16
	6.2.1 Aineiston kuvaus.....	19
	6.2.2 Aineiston analyysi	22
7	OPINNÄYTETYÖN TULOKSET	24
	7.1 Lasten ja nuorten ilmastoahdistuneisuuden ilmeneminen	24
	7.1.1 Ilmastoahdistuneisuus sekä vaikeat ilmastotunteet	24
	7.1.2 Alueellinen vaikutus	26
	7.1 Lasten ja nuorten pettymys päätöksentekijöihin	27
	7.2 Media ja ilmastotunteet.....	29
	7.3 Selviytymiskeinot	30
	7.3.1 Ongelmakeskeinen strategia	30
	7.3.2 Tunnekeskeinen strategia.....	31
	7.3.3 Tarkoituksakeskeinen strategia	31
	7.4 Huoli tulevaisuudesta.....	32
8	POHDINTA	33

8.1 Tulosten tarkastelua ja keskeiset johtopäätökset.....	33
8.2 Eettisyys ja luotettavuus	37
8.3 Tulosten hyödynnettävyys ja jatkotutkimusaiheet.....	38
LÄHTEET.....	42

1 JOHDANTO

Opinnäytetyössäni tuotan kuvailevan kirjallisuuskatsauksen avulla ajankoh- taista tietoa liittyen alle 29-vuotiaiden lasten ja nuorten ilmastoahdistuneisuu- den ilmenemiseen. Yleinen ahdistuneisuus nuorilla on lisääntynyt viime vuo- sien aikana. Syitä ahdistuneisuuden ilmenemiseen voi olla monia, mutta yksi erityisesti esillä ollut ahdistuneisuuden muoto on ilmastoahdistus. Ilmastoah- distus on yleisnimitys kasvavan ilmastokriisin aiheuttamille vaikeille tunteille ja tuntemuksille. Ilmasto- ja ympäristöahdistus liitetään usein lapsiin ja nuoriin, koska monissa lapsissa ja nuorissa on havaittu erilaisia ympäristöahdistuksen ilmentymiä (Pihkala ym. 2022, 2–3).

Ilmastoahdistuneisuus saattaa olla erittäin hallitsevaa ja vaikuttaa moniulottei- sesti lasten ja nuorten arkielämään sekä mielikuvaan omasta tulevaisuudesta. Ilmastoahdistuneisuus on suuressa osassa monien lasten ja nuorten elämää, joten siitä tulisi pystyä keskustelemaan aikuisten kanssa. Sosiaalialalla — sekä kouluissa — on tärkeää olla tietoisia ilmastoahdistuksesta ja siitä, kuinka sitä kokevia lapsia ja nuoria pystyttäisiin tukemaan. Tuen tarjoaminen edellyt- tää ymmärrystä ilmastoahdistuneisuudesta ja siihen liittyvistä tunteista sekä sen vaikutuksista lapsiin ja nuoriin.

Opinnäytetyö toteutettiin kuvailevana kirjallisuuskatsauksena, joka on yksi yleisimmin käytetyistä kirjallisuuskatsauksen muodoista, ja sitä luonnehditaan yleiskatsaukseksi ilman tiukkoja ja tarkkoja sääntöjä (Salminen 2011, 6). Ku- vaileva kirjallisuuskatsaus oli sopiva opinnäytetyön toteutusvaihtoehto, sillä tarkoituksena oli etsiä ja koota lasten ja nuorten ilmastoahdistuneisuudesta tieteellistä ja luotettavaa tietoa. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus tuo myös näky- vyyttä lasten ja nuorten ilmastoahdistuneisuudelle ilmiönä sekä lisää tietoi- suutta siitä. Ilmastoahdistuksesta löytyy kattavasti tietoa sekä tuoreita tutki- muksia. Ilmastoahdistuneisuus on maailmanlaajuinen ilmiö, joten työssä on käytetty myös kansainvälisiä tutkimuksia, jotka käsittelevät aihetta maailman- laajuisesti. Opinnäytetyötä varten on kerätty tietoa ilmastoahdistuneisuuden ilmenemisestä alle 29-vuotiaiden lasten ja nuorten keskuudessa tieteellisten artikkelien ja tutkimuksien kautta.

2 AHDISTUNEISUUDEN MÄÄRITTELY

2.1.1 Ahdistuneisuus tunteena

Ahdistuneisuus on pelonsekainen tai huolestunut tunnetila, johon liittyy osin tietoinen tai tiedostamaton huoli menneisyyteen, nykyhetkeen tai tulevaisuuteen liittyvästä tapahtumasta. Kyky tuntea ahdistuneisuutta ja pelkoa varoittaa ihmistä uhkaavista tilanteista ja on täten terve ominaisuus. Ahdistus on inhimillinen ja yleinen tunne, jota kaikki ihmiset kokevat elämässään lievänä ohimenevänä tunnetilana. Ahdistus saattaa tuntua levottomuutena, rauhattomuutena, lamaannuksena, pelokkuutena tai hallitsemattomana paniikkina. Monesti tunne on epämääräinen, ja sen taustalla on vaikeasti määriteltäviä tunteita ja ajatuksia. Ahdistus saattaa johtua elämäntilanteesta, ulkoisista tekijöistä tai sisäisistä ristiriidoista. Lähes kaikkiin mielenterveyshäiriöihin liittyy ahdistusta, esimerkiksi masennustilaan sekä traumaperäisiin ja psykoottisiin häiriöihin. Ahdistuneisuutta saattaa myös esiintyä somaattisten sairauksien oireena tai erilaisten lääkkeiden aiheuttamana sivuvaikutuksena. (Duodecim 2023.)

Ahdistus voi olla yleisluonteista ja epäselvää tai se voi olla kytköksissä johonkin tiettyyn kohteeseen. Ahdistuksen liittyessä johonkin tiettyyn kohteeseen tai tilanteeseen voidaan sitä kutsua peloksi. Ahdistukseen liitetään erilaisia oireita eri kulttuureissa, joten myös kulttuurisella kontekstilla on vaikutusta ahdistuksen ilmenemiseen. Ahdistus on kokonaisvaltainen olotila, koska sekä psyykkiset että fyysiset oireet saavat aivoissa muutoksia aikaan. Ahdistusta voidaan kuvailla luonnolliseksi, ellei sen oireita luokitella häiriöksi. Ahdistus luokitellaan sairaalloiseksi silloin, kun oireet ovat niin vakavia, että ne tekevät ahdistuksesta häiriön. (Horwitz 2013, Valkolan 2021, 4 mukaan.)

2.1.2 Ahdistuneisuushäiriöt

Tuoreimman psykiatrisen sairausluokituksen DSM-5:n mukaan ahdistuneisuushäiriöt sisältävät ahdistuksen ja liiallisen pelon piirteitä sekä niihin liittyviä käytöshäiriöitä. Ahdistuksen ja pelon välille voidaan tehdä selkeä ero, vaikka ne usein esiintyvät yhdessä. Pelkoon liittyvät yleisimmin äkilliset automaattiset kiihottumistilat, ajatukset välittömästä vaarasta ja pakeneminen. Ahdistukseen liittyvät taas useammin lihasjännitys, valppaus tulevaisuuden uhkaa kohtaan ja varovainen tai välttelevä käyttäytyminen. (Valkola 2021, 4.)

Nuorilla ohimenevä ahdistus on tavallista. Mikäli ahdistuneisuudesta aiheutuu selvää toiminnallista haittaa tai kärsimystä, on kyse häiriöstä. Tällaisia häiriöitä ovat sosiaalisten tilanteiden pelko, julkisten paikkojen pelko, määräkohtainen pelko, paniikkihäiriö, yleistynyt ahdistuneisuushäiriö, pakko-oireinen häiriö ja traumaperäinen stressihäiriö. Suomessa ahdistuneisuushäiriöstä kärsii arvioiden mukaan 4–11 prosenttia nuorista. Yleisesti tytöt ovat alttiimpia kuin pojat, ja usein eri häiriöitä on useampi rinnakkain. Masennusta sairastavilla nuorilla samanaikaiset ahdistuneisuushäiriöt ovat yleisiä (30–40 %). (THL 2022.)

3 ILMASTONMUUTOKSEN VAIKUTUS MIELENTERVEYTEEN

Ilmastonmuutoksen mielenterveydelliset vaikutukset voidaan jakaa kolmeen kategoriaan: suorat, epäsuorat ja välillisesti tapahtuvat. Kaikista mielenterveydellisistä ilmastonmuutoksen vaikutuksista suorat vaikutukset ovat kategoriosta tutkituimpia. Suorilla ilmastonmuutoksen vaikutuksilla tarkoitetaan niitä vaikutuksia, joita tapahtuu esimerkiksi äärimmäisten sääolosuhteiden, kuten tulvien ja maanjäristysten, kokemisen jälkeen. Tällaiset merkittävät elämäntilanteen muutokset voivat johtaa traumaperäisen stressihäiriön, masennusoireiden, ahdistushäiriöiden, päihdehäiriöiden ja itsetuhoisten ajatusten kehittymiseen. (Berry ym. 2010, Hayes ym. 2018, Cianconi ym. 2020, Léger-Goodesin ym. 2023 mukaan.)

Epäsuorat ilmastonmuutoksen vaikutukset saattavat vaikuttaa haitallisesti mielenterveyteen migraation, fyysisen ja sosiaalisen infrastruktuurin vaurioitumisen, ruoka- ja vesipuutteen, konfliktien sekä muuttuvan taloudellisen tilanteen välityksellä. Kaikki nämä tekijät ovat tutkitusti yhdistettynä stressiin, suruun, ahdistukseen ja masennukseen. (Akresh 2016, Hayes ym. 2018, Léger-Goodesin ym. 2022 mukaan.) Välillisesti tapahtuvat reaktiot eli tunteelliset ja affektiiviset vaikutukset liittyvät tietoisuuteen ilmastonmuutoksesta ja sen seurauksista (Léger-Goodes ym. 2022).

4 YMPÄRISTÖ- JA ILMASTOAHDISTUS

Yleisnimitystä ympäristöahdistus on alettu käyttämään konkreettisten ympäristötuhojen aiheuttaman stressin ja muiden terveysvaikutusten sekä epäsuorien

ja yleismaailmallisten ympäristövaikutuksen tuottaman psyykkisen kuormituksen kasvamisen takia. Laajin ympäristöahdistuksen muoto on ilmastoahdistus. (Kiilakoski 2021, 96.) Ilmastoahdistuksessa kyse on vaikeista tuntemuksista, jotka johtuvat ympäristöongelmista sekä niiden uhasta. Ilmastoahdistus ei kuitenkaan ole sairaus vaan reaktio maailman ympäristöongelmien suuruuteen. Ilmastoahdistus saattaa myös koitua ongelmaksi, mikäli se on niin voimakasta, että sitä kokeva henkilö lamaantuu. (Pihkala 2019, 4.)

Ilmastoahdistus ja ympäristöahdistus on ilmasto- ja ympäristökriisin aiheuttama ahdistusta. Ilmasto- ja ympäristöahdistus on lisääntynyt yhteiskunnassamme, koska ihmisten tietoisuus nykyisistä sekä tulevista, globaaleista uhista liittyen maapallon lämpenemiseen on lisääntynyt. (Hickman ym. 2021, 1.) Ympäristöahdistus ja ilmastoahdistus ovat mediassa usein käytettyjä termejä. Aiheesta on laajasti uutisartikkeleita, dokumentteja, haastatteluja, blogeja sekä muita media-alustoja, joissa kerrotaan ilmastokriisin aiheuttamasta ahdistuksesta. (Pihkala 2020, 1.)

Pihkalan (2018) artikkelista käy ilmi, että ilmastoahdistus voi olla suoraan ympäristöongelmista aiheutuvaa tai epäsuoraa. Suoralla ilmastoahdistuksella tarkoitetaan sitä, että yksilö kohtaa ympäristössään ilmastomuutoksen seurauksena tapahtuvia muutoksia, jotka vaikuttavat suoraan hänen elinympäristöönsä. Epäsuora ilmastoahdistus tarkoittaa tiedosta aiheutuvaa ahdistusta. Tällaista on esimerkiksi ilmastomuutokseen liittyvästä uutisoinnista kumpuaava ahdistusta. Epäsuora ilmastoahdistus on monesti yleisempää kuin suora ilmastoahdistus. Ilmastoahdistusta saattaa olla vaikea erottaa muusta elämässä tapahtuvasta ahdistuksesta, koska useimmilla ihmisillä erilaiset vaikeat tunteet ja mielentilat kietoutuvat yhteen muiden elämän ongelmien kanssa. (Pihkala 2018; Valkola 2021, 4–5.) Opinnäytetyössä ilmiötä tarkastellaan maailmanlaajuisesti, joten siinä ilmenee piirteitä epäsuorasta ilmastoahdistuneisuudesta sekä suorasta ilmastoahdistuneisuudesta.

Ympäristöahdistus ja ilmastoahdistus termeinä alkoivat saada näkyvyyttä erinäisissä medioissa vuonna 2017 ja etenkin vuoden 2018 syksyllä. Yksi keskustelun keskipisteistä oli nuori ilmastoaktivisti Greta Thunberg, joka kertoi avoimesti omasta ilmastoahdistuksestaan. Ilmastoahdistuksesta tuli eniten

keskustelua herättänyt ympäristöahdistuksen muoto, ja se usein liitettiin lapsiin, nuoriin ja nuoriin aikuisiin, jotka osallistuivat ilmastotekoihin. (Pihkala 2020, 2.) Toinen herättävä tekijä ilmastonmuutoksen uhkaan liittyen oli vuonna 2018 ilmestynyt uusi ilmastopaneelin IPCC:n raportti, jonka mukaan ilmaston lämpeneminen tulisi pysäyttää nopeammin kun aiemmin oli luultu. Ruotsin laajat metsäpalot sekä koululaisten ilmastoliikkeen leviäminen osuivat myös vuoden 2018 kesään. (Berndtson 2021.)

Ympäristöahdistuneisuuden ilmenemiseen vaikuttavat monet eri tekijät. Tällaisia tekijöitä ovat esimerkiksi koettu ympäristövaikutusten määrä, sosiaaliset tekijät, poliittinen tilanne, käytettävissä olevien resurssien määrä ja henkilökohtaiset ominaisuudet. Kyselytutkimuksissa on selvinnyt, että yksi keskeinen ilmastoahdistusta aiheuttava tekijä on hitaaksi koettu ilmastopolitiikka. (Pihkala 2019, Kiilakosken 2021, 98 mukaan.)

4.1 Ympäristötunteet

Yleisen ympäristöahdistuksen lisäksi on tärkeää erotella ympäristökriisiin liittyviä erilaisia tunteita. Jotkut ympäristötunteista liittyvät ympäristöahdistukseen, kun taas osa tunteista on enemmän erillään siitä. Ympäristöahdistuksen taivoin ympäristötunteitakin on alettu tutkia vasta viime vuosien aikana. Ympäristöasiat ilmenevät usein ekososiaalisina seikkoina, minkä takia ympäristötunteet saattavat liittyä ihmisten välisiin viestintätilanteisiin kuin myös konkreettisten ympäristöongelmien kohtaamiseen. (Kiilakoski 2021, 99.)

Ympäristötunteita voidaan jaotella monien eri mallien ja skeemojen mukaan. Ympäristökriisin ja ympäristöongelmien kohtaaminen aiheuttaa hämmästyksen ja yllätyksen tunteita, joista usein seuraa moraalitunteita ja hämmennystä. Pettymystä ja turhaantumista saattaa ilmentyä, mutta myös surua ja järkytystä. Eriasteisia traumoja voi myös esiintyä, esimerkiksi ilmastopakolaisuutta, joka saattaa olla hyvinkin traumaattista. On myös mahdollista, että epäsuora tieto ympäristöongelmien valtavuudesta median kautta voi traumatisoida. Ympäristökriisin yhteydessä on havaittu myös uhkiin liittyviä tunteita, esimerkiksi pelkoa, huolta, ahdistusta ja kauhua. Yleisempiä uhkiin liittyviä tunteita ovat huoli ja pelko. (Pihkala ym. 2022, 6–7.)

Viime vuosina kansainväliset tutkimukset ovat alkaneet selvittämään ympäristövihaa ja sen merkittävyyttä. Ympäristöviha saattaa ilmentyä moraalisena turhautumisena ja epäreiluuden tunteena, joka edesauttaa toimintaa epäkohtien korjaamiseksi. (Pihkala ym. 2022, 8.) Viimeaikaiset tutkimukset viittaavat siihen, että ympäristöviha voi ennustaa positiivisia mielenterveyden tuloksia ja suurempaa osallisuutta ilmastotoimintaan ja aktivismiin nuorilla. (Kelly ym. 2022.)

Ympäristösuru on tutkittu ympäristötunteista kansainvälisesti eniten viime vuosina. Ympäristösuru saattaa aiheutua konkreettisista ekosysteemien muutoksista ja vaurioista, jotka vaikuttavat samalla tavalla ihmisiin. Lisäksi muutoksilla voi olla vaikutuksia ihmissuhteisiin, omiin tulevaisuudensuunnitelmiin sekä oman paikkakunnan identiteettiin ja elintapoihin. Surun käsitteellinen ero masennuksesta on tärkeä huomioida, koska pohjimmiltaan suru ei ole mielenterveydellinen ongelma vaan terve psyykinen reaktio. Yhtenä hyvin merkittävänä ympäristötunteiden joukkona pidetään myös syyllisyyden ja vastuun tunteita. Ympäristökriisi raskaimmillaan herättää voimakasta häpeää, joka saattaa olla koko ihmislajiin liittyvää niin kutsuttua lajihäpeää. Syyllisyyden tunteet jakautuvat joko lieviin vastuuntuntoihin tai voimakkaimmillaan vahvoihin syyllisyydentuntoihin. (Pihkala ym. 2022, 7–8.)

Nuorisobarometrissa (Kiilakoski 2021) tuli ilmi, että selkein ympäristötunteiden tunnistamiseen vaikuttanut tekijä oli sukupuoli. Kyselyissä ja haastattelututkimuksissa, jotka koskevat ympäristötunteita, on havaittu, että naiset tunnistavat näitä tunteita itsessään huomattavasti enemmän kuin miehet. Aiemmin tunteista tehdyt tutkimukset osoittavat, että miehet socialisoituvat nykyisissä teollisuuskulttuureissa siihen, että he eivät tunnista tunteita yhtä paljon kuin naiset ja puhuvat niistä vähemmän. Ympäristötunteet ovat sosiaalisesti kiistelty asia, joka voi liittyä siihen, että niitä ei osata tai haluta tunnistaa. (Pihkala ym. 2022, 10.) Claytonin ym. (2023) artikkelissa ilmeni, että naiset kokevat enemmän huolta ilmastomuutoksesta, negatiivisia ajatuksia tulevaisuudesta sekä eri hallitusten epäonnistumisesta ja pettymyksen tunteita hallitusta kohtaan kuin miehet. Sukupuolieroja oli huomattavasti kaikissa tunteissa liittyen ilmastomuutokseen, lukuun ottamatta masennusta. Naiset raportoivat enemmän tunteensa surua, avuttomuutta, ahdistusta, pelkoa, vihaa, syyllisyyttä, häpeää,

kipua, epätoivoa ja voimattomuutta. Miehet ilmoittivat todennäköisemmin tuntevansa optimistisia tunteita tai välinpitämättömyyttä. (Clayton ym. 2023.)

Nuorisobarometrissa (Kiilakoski 2021) tuli myös ilmi, että ainakin Suomessa asuinalueella ja koulutustasolla on merkittävä vaikutus ympäristötunteiden tunnistamiseen ja ilmastoahdistuksesta puhumiseen. Suuria kaupunkeja sisältävät seudut, kuten Uusimaa, erottuivat joukosta. Korkean koulutustason on myös havaittu olevan yhteydessä vahvempaan ympäristötunteiden tunnistamiseen esimerkiksi lukio- ja yliopisto-opiskelijoiden keskuudessa. Ikäryhmittäin vertailussa selvisi, että 15–19-vuotiaat tunsivat hieman enemmän vaikeita ympäristötunteita kuin muut ikäryhmät. Selittäviä tekijöitä tälle ilmiölle on varmasti monia. Tämänikäiset nuoret ovat kasvaneet merkittäväällä tavalla ympäristökriisin aikana, ja se on keskimäärin vahvassa roolissa heidän tietoisuudessaan ja sosiaalisessa todellisuudessaan. (Pihkala ym. 2022, 10.)

4.2 Nuorten ja lasten ilmastoahdistuneisuus

Ympäristökriisi voimistuu koko ajan, ja sillä on yhä monipuolisemmin vaikutusta nykyihmisten elämään. Ympäristökriisin keskeisenä osana on ilmasto-kriisi, jonka keskipisteessä ovat lapset ja nuoret. Tiedeperustaiset arviot ympäristökriisin vakavuudesta ovat uhkaavia, ja ympäristöuhat ovat havaittavissa jo konkreettisesti luonnossa, täten lapset ja nuoret ovat huolestuneita tulevaisuudestaan. Lapset ja nuoret ovat myös merkittävän aktiivisia toimijoita ympäristöasioihin liittyen. Näkyvin muoto koskien lasten ja nuorten aktiivisuutta on koululaisten kansainvälinen ilmastoliike. (Pekkarinen & Tuukkanen 2020, Pihkalan ym. 2022 mukaan.)

Plautzin (2020) artikkelissa ilmenee, että ilmastonmuutoksen ja lasten sekä nuorten mielenterveyden välillä oleva yhteys on todellinen. Washington Postin ja Keiser Family Foundationin syyskuussa vuonna 2019 julkaistun kyselyn tuloksista on havaittavissa, että amerikkalaisista teini-ikäisistä 57 % kokee ilmastonmuutoksen aiheuttavan heille pelkoa ja 52 % sanoi sen aiheuttavan heille vihaa. Psykiatri Lise Van Susteren on kirjoituksissaan ilmaissut, että lapset tulevat olemaan ”myrskyn keskipisteessä”, kun ilmastonmuutos pahenee.

Tämän seurauksena he saattavat kokea ennenaikaisia mielenterveysvaikutuksia. Artikkelissa yksi nuorista kertoo ilmastonmuutoksesta aiheutuvan pelon olevan osa hänen arkipäiväänsä. (Plautz 2020.)

Moni lapsi ja nuori maailmanlaajuisesti kokee huolta ilmastonmuutoksen vaikutuksista. Esimerkiksi 60 % australialaisista 16–17-vuotiaista nuorista pitää ilmaston lämpenemistä todellisena uhkana omalle kotimaalleen (Tranter & Skrbis 2014, Sanson ym. 2018 mukaan). Englantilaisista 11–16-vuotiaista lapsista ja nuorista 74 % on huolissaan ilmastonmuutoksen vaikutuksista heidän tulevaisuuteensa, samanaikaisesti kuin 63 % on huolissaan siitä, miten ilmastonmuutos vaikuttaa lapsiin ja perheisiin kehitysmaissa (Unicef 2013, Sanson ym. 2018 mukaan).

4.3 Aikuisten tuki ilmastotunteiden kanssa

Ilmastonmuutoksen aiheuttaessa erilaisia tunteita lapsille on tärkeää auttaa lapsia ymmärtämään, ilmaisemaan ja hallitsemaan niitä. Erityisesti merkityksellisyteen keskittyvää tunteiden hallintaa (meaning-focused coping) on tärkeä tukea. (Ojala 2012, Burke ym. 2018, Pihkalan ym. 2020, 162 mukaan.) Tämä menettelytapa perustuu rohkaisevien tunteiden ja ajatusten ylläpitämiseen, jotta haastaviakin tunteita olisi helpompi kohdata ja kantaa. Samanaikaisesti tämä vahvistaa toivoa omaan luottamukseen ja muiden yhteiskunnan toimijoiden kykyyn ja halukkuuteen pyrkiä löytämään ratkaisuja ilmastokriisiin. (Pihkala ym. 2020).

Nuorempien lasten kanssa olisi tärkeää viettää aikaa luonnossa ja antaa heidän ”rakastua luontoon” mieluummin kuin puhua suoraan ilmastonmuutoksesta. Pienet lapset tarvitsevat aikaa ja mahdollisuutta tutkia luontoa, oppia välittämään paikallisesta luontoympäristöstä ja saada vastuuta elävien olentojen hoitamisesta. (Sobel 2008, Sansonin ym. 2018 mukaan.) Isojen kestävän kehityksen opetushankkeiden tulokset varhaiskasvatuksessa osoittavat, että jo esikouluikäiset lapset ovat tietoisia ympäristöongelmista ja kiinnostuneita maapallon tilasta sekä kantoivat ideoita asian ratkaisemiseksi (Engdahl 2015, Sansonin ym. 2018 mukaan.) Aikuisena olisi tärkeä kommunikoida tietoisesti

kuuntelemalla, jotta lapset pystyisivät ilmaisemaan omia ajatuksiaan ja saamaan voimaa osallistua merkityksellisiin lieventämistoimenpiteisiin (Sansson ym. 2018).

Kasvatustilanteissa sekä opetuksessa, joissa käsitellään ilmastotunteita, kannattaisi edetä vaiheittain. Ilmastokasvatuksessa ja -opetuksessa tulisi lapsen tunteita sanoittaa, sekä tarjota lapselle mahdollisuus keskusteluun. Kasvattajien tulisi myöntää ilmastotunteiden olemassaolo, jotta niiden käsittely edistyisi. Tunteiden sanoittaminen ja niistä keskusteleminen tarjoavat kattavia mahdollisuuksia, mikäli kasvattaja hankkii riittävät valmiudet ja on motivoitunut käsittelemään vaikeaa asiaa. (Pihkala ym. 2020, 162.)

5 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET

Lasten ja nuorten ilmastoahdistuneisuus on ajankohtainen ja kasvava ilmiö, josta löytyy vielä suhteellisen vähän tietoa. Opinnäytetyön tarkoituksena on tiivistää ajankohtaista suomenkielistä tietoa ilmastoahdistuneisuuden ilmenemisestä alle 29-vuotiailla lapsilla ja nuorilla maailmanlaajuisesti. Tavoitteena opinnäytetyössä on selvittää kuvailevan kirjallisuuskatsauksen avulla lasten ja nuorten ilmastoahdistuneisuuden ilmenemisestä sekä perehtyä tarkemmin ilmastoahdistukseen ilmiönä. Työn tavoite on myös lisätä yleisesti tietosuutta lasten ja nuorten ilmastoahdistuneisuudesta ja muista vaikeista tunteista liittyen ilmastonmuutokseen. Tietoisuus aiheesta auttaa aikuisia reagoimaan lasten ja nuorten ilmastoahdistuneisuuden ilmetessä sekä mahdollisesti keksimään toimia ahdistuksen lieventämiseksi. Opinnäytetyön tutkimuskysymys on

Miten ilmastoahdistuneisuus ilmenee alle 29-vuotiailla lapsilla ja nuorilla?

Opinnäytetyön lopputuloksena olisi tarkoitus syntyä kuvaileva kirjallisuuskatsaus, joka toimii luotettavana tiedon lähteenä lukijalle ilmastoahdistuneisuuden ilmenemisestä lapsilla ja nuorilla. Opinnäytetyössä tuotettua tietoa voidaan hyödyntää sosiaali- ja terveysalan sekä koulutusalan kentällä erilaisissa organisaatioissa, joissa työskennellään lasten ja nuorten kanssa. Opinnäyte-

työn tarkoituksena on lisätä tietoisuutta ilmastoahdistuksesta ilmiönä, jotta sosiaali-, terveys- ja koulutusalan ammattilaiset osaisivat kohdata lapset ja nuoret sekä antaa tarvittavaa tukea heidän kohdatessa ilmastoahdistusta.

6 AINEISTO JA MENETELMÄT

6.1 Tutkimusmenetelmä

Opinnäytetyö on toteutettu kuvailevana kirjallisuuskatsauksena. Kuvailevaa kirjallisuuskatsausta luonnehditaan yleiskatsaukseksi ilman tiukkoja ja tarkkoja sääntöjä. Metodiset säännöt eivät rajaa aineiston valintaa, ja käytetyt aineistot ovat laajoja. Kuitenkin tutkittava ilmiö pystytään kuvaamaan laaja-alaisesti ja tutkittavan ilmiön ominaisuuksia voidaan luokitella tarvittaessa. Systemaattiseen katsaukseen tai meta-analyysiin verrattuna tutkimuskysymykset ovat väljempää. (Salminen 2011, 6.)

Kirjallisuuskatsauksen tavoitteisiin kuuluu olemassa olevan teorian kehittäminen sekä uuden teorian rakentaminen. Kirjallisuuskatsauksen avulla voidaan myös arvioida teoriaa sekä rakentaa kokonaiskuvaa tietystä asiakokonaisuudesta. Kirjallisuuskatsaukset jaetaan kolmeen tyyppiin: kuvaileva kirjallisuuskatsaus, systemaattinen kirjallisuuskatsaus ja meta-analyysi. (Salminen 2011, 3–6.) Systemaattisessa kirjallisuuskatsauksessa tavoitteena on saavuttaa mahdollisimman puolueettomia, yleistettäviä ja uskottavia tuloksia. Systemaattisen kirjallisuuskatsauksen lähtökohtana ovat tarkat, järjestelmälliset ja toistettavat menettelytavat. (Fink 2020, Fan ym. 2022; Efron & Ravid 2019, Vilkan 2023 mukaan.) Meta-analyysi jaetaan kvalitatiiviseen meta-analyysiin ja kvantitatiiviseen meta-analyysiin. Kvalitatiivinen meta-analyysi sisältää kaksi orientaatiota, joita ovat metasynteesi ja metayhteenveto. (Salminen 2011, 12.) Metasynteesissä tarkoituksena on yhdistää useita tutkimuksia, jotka käsittelevät samaa aihetta, ja selvittää niiden eroavaisuudet, oletukset ja tekstiympäristöt ja tuoda ne tutkijoiden ja lukijoiden nähtäväksi (Walsh & Downe 2005, Salmisen 2011, 12 mukaan). Metayhteenvedossa tutkimus tiivistetään kvantitatiivisilla menetelmillä (Salminen 2011, 13).

Opinnäytetyö on toteutettu narratiivisena kirjallisuuskatsauksena, jonka toteutustapana toimii yleiskatsaus. Opinnäytetyön tavoitteena on tiivistää aiemmin

tehtyjä tutkimuksia aiheesta, joten tämän takia narratiivisen kirjallisuuskatsauksen toteuttamistavaksi on valittu yleiskatsaus. Kuvailevasta kirjallisuuskatsauksesta erottuu narratiivinen ja integroiva katsaus, jotka ovat siitä kaksi hieman erilaista variaatiota. Narratiivinen kirjallisuuskatsaus on metodisesti kevyin kirjallisuuskatsauksen muoto. Narratiivisen kirjallisuuskatsauksen avulla pystytään antamaan laaja kuva käsiteltävästä aiheesta tai kuvaillaan käsiteltävän aiheen kehityskulkua ja historiaa. Joskus narratiivisesta katsauksesta erotetaan kolme toteuttamistapaa: toimituksellinen, kommentoiva ja yleiskatsaus. Laajin toteuttamistapa näistä kolmesta on yleiskatsaus. Yleiskatsauksen tarkoituksena on tiivistää aiemmin tehtyjä tutkimuksia. Integroivaa kirjallisuuskatsausta käytetään silloin, kun tutkittavan ilmiön kuvaaminen halutaan tehdä mahdollisimman monipuolisesti. Integroivaa kirjallisuuskatsausta pidetään myös hyvänä tapana tuottaa uutta tietoa jo tutkitusta aiheesta. (Salminen 2011, 7–8.)

6.2 Tiedonhaun kuvaus

Tiedonhaku alkoi aiheeseen tutustumisella ja perehtymisellä. Alustavassa tiedonhaussa käytettiin yksinkertaisia pikahakuja aiheesta. Opinnäytetyön keskeisiksi käsitteiksi valikoituivat ympäristötunteet ja ilmastoahdistus. Käsitteiden pohjalta suunniteltiin hakulauseke, jolla olisi mahdollista saada tarkasti aiheeseen liittyvää aineistoa. Aineistoa haettiin erilaisista kansainvälisistä tietokannoista. Tieteellisten lähteiden etsimiseen valikoituivat tietokannat Google Scholar, Sciencedirect, Web of Science, EBSCO sekä PubMed.

Kirjallisuuskatsauksen tiedonhaussa rajattiin aineiston sisäänotto- ja poissulkukriteereitä sekä valittiin lähteitä, jotka vastaisivat opinnäytetyön tutkimuskysymyksiä ja sisältöä. Alapuolella oleva taulukko kuvaa sisäänotto- ja poissulkukriteereitä, joita noudatettiin kirjallisuuskatsauksen aineiston keräämisessä. Alustavan tiedonhaun pohjalta päädyttiin käyttämään yhtä pro gradu -tutkielmaa, koska tutkimukseen perustuvia lähteitä löytyi niukasti ja pro gradu -tutkielmassa käytetty alkuperäinen lähde oli maksullinen.

Taulukko 1. Sisäänotto- ja poissulkukriteerit

Sisäänottokriteerit	Poissulkukriteerit
Aineisto löytyy maksuttomana	Aineisto löytyy maksullisena
Aineisto on julkaistu vuonna 2017 tai sen jälkeen	Aineisto on julkaistu ennen vuotta 2017
Aineisto liittyy ilmastoahdistuneisuuden ilmenemiseen lapsilla ja nuorilla	Aineisto ei liity ilmastoahdistuneisuuteen lapsilla ja nuorilla
Tieteelliset julkaisut	Ei tieteelliset julkaisut
Kielenä suomi tai englanti	Kielenä joku muu kuin suomi tai englanti
Aineisto liittyy alle 29- vuotiaisiin lapsiin ja nuoriin	Aineisto ei liity alle 29- vuotiaisiin lapsiin ja nuoriin

Opinnäytetyöhön valikoituivat aineistot, jotka vastasivat sisäänottokriteereitä sekä vastasivat sisällöllisesti tutkimuskysymykseen. Aineiston sisäänottokriteereiksi valikoituivat aineiston saatavuus, julkaisuvuosi, aihe, aineistotyyppi, julkaisukieli sekä kohderyhmä. Opinnäytetyön aineistoon valikoitui yksi maksullinen artikkeli, koska se löytyi hetkellisesti ilmaisena.

Kirjallisuuskatsauksen tiedonhaussa on käytetty suomenkielisiä sekä englanninkielisiä hakusanoja. Suurin osa käytetyistä hakusanoista on kuitenkin englanninkielisiä, koska kirjallisuuskatsaukseen etsittiin tietoa pääosin maailmanlaajuisesti. Suomenkielisenä hakulausekkeena kirjallisuuskatsauksessa käytettiin lauseketta *ilmastoahdistuneisuus AND lapset AND nuoret*.

Englanninkielisinä hakulausekkeina kirjallisuuskatsauksessa käytettiin lausekkeita *(kids OR children OR youth OR minors OR juveniles OR adolescents) AND (eco-anxiety OR "eco anxiety" OR "climate anxiety" OR "climate change anxiety")* tai *(kids OR children OR youth OR adolescents) AND (eco-anxiety OR "eco anxiety" OR "climate anxiety" OR "climate change anxiety")*. Hakulausekkeita tarkennettiin opinnäytetyön etenemisen mukaan.

Taulukko 2. Tiedonhaun kuvaus

Tietokanta	Hakulauseke	Osumia	Hyväksytty otsikon perusteella	Hyväksytty abstraktin / tiivistelmän perusteella	Hyväksytty koko tekstin perusteella	Lopulliseen analyysiin
Scencedirect	(kids OR children OR youth OR adolescents) AND (eco-anxiety OR "eco anxiety" OR "climate anxiety" OR "climate change anxiety")	168	8	3	1	1
EBSCO	(kids OR children OR youth OR minors OR juveniles OR adolescents) AND (eco-anxiety OR "eco anxiety" OR "climate anxiety" OR "climate change anxiety")	3	2	2	2	1
Web of Science	(kids OR children OR youth OR minors OR juveniles OR adolescents) AND (eco-anxiety OR "eco anxiety" OR "climate anxiety" OR "climate change anxiety")	33	18	3	1	0
Google Scholar	(kids OR children OR youth OR adolescents) AND (eco-anxiety OR "eco anxiety" OR "climate anxiety" OR "climate change anxiety")	245	14	3	3	3
Pub Med	(kids OR children OR youth OR minors OR juveniles OR adolescents) AND (eco-anxiety OR "eco anxiety" OR "climate anxiety" OR "climate change anxiety")	20	8	6	5	4
Manuaalinen haku						4

6.2.1 Aineiston kuvaus

Aineistoa rajattiin ja tarkasteltiin kriittisesti rajausprosessin aikana. Aineiston rajaamisessa huomioitiin tekstin sisältö ja sen yhteensopivuus tutkimuskysymyksen kanssa. Otsikon perusteella käsittelyyn valikoitui 50 artikkelia. Haettua aineistoa rajattiin abstraktin ja koko tekstin perusteella. Lopulliseen analyysiin valikoitui 13 kansainvälistä ja suomalaista artikkelia. Valituista tieteellisistä artikkeleista yksitoista oli tutkimuksia ja kaksi katsaustyyppistä artikkelia. Lopulliseen analyysiin valikoituivat nämä tietyt tutkimukset ja artikkelit niiden sisällön perusteella. Sisällön tuli olla yhteensopiva tutkimuskysymyksen kanssa.

Opinnäytetyöhön valikoiduista tutkimuksista ja artikkeleista suurin osa oli kansainvälisiä. Opinnäytetyöhön valikoitui kuitenkin myös neljä suomenkielistä tutkimusta. Pelastakaa lapset (2019) tulevaisuuden kysely kartoitti valtakunnallisesti verkkolomakkeella 13–17-vuotiaiden lasten ja nuorten ajatuksia tulevaisuuden Suomesta. Kyselyyn vastasi 565 lasta ja nuorta. (Pelastakaa lapset ry. 2019.) Myös Kantarin ja Sanomalehtien liiton (2020) ilmastonmuutokseen liittyvä kysely toteutettiin verkkokyselynä 13–18-vuotiaille lapsille ja nuorille. Kyselyyn vastasi 770 lasta ja nuorta. (Kantar & Sanomalehtien liitto 2020.)

Pekkarisen ja Tuukkasen (2020) artikkelissa tarkoituksena oli tuoda esille erikäisten suomalaisten lasten ja nuorten ajatuksia hyvästä ympäristöstä ja maapallon tulevaisuudesta. Tiedonkeruu toteutettiin kolmen eri NuoNe-tapaamisen avulla, jotka kohdistettiin Tapiolan päiväkotiin (5–6-vuotiaat), Karstulan yläkouluun sekä Nuorten Suomi ry:n organisoimaan nuorten leiriin (ilmastoasiasta kiinnostuneet nuoret). (Pekkarinen & Tuukkanen 2020.) Neljännessä suomalaisessa Ratisen ja Uusiautin (2020) tutkimuksessa kartoitettiin suomalaisten peruskouluoppilaiden ja toisen asteen opiskelijoiden toivoa ilmastonmuutoksen suhteen sekä sitä, miten tietämys asiasta ja optimistisuus vaikuttavat heidän toiveikkuuteensa. Tutkimukseen osallistui 950 lasta ja nuorta. (Ratinen & Uusiautti 2020.)

Galwayn ja Fieldin (2022) kanadalaisessa tutkimuksessa kartoitettiin 16–25-vuotiaiden kanadalaisten nuorten ilmastotunteita sekä ilmastoahdistusta. Tut-

kimukseen osallistui 1000 nuorta, ja se toteutettiin kyselytutkimuksena verkossa. (Galway & Field 2022.) Toinen opinnäytetyössäni käytetty kanadalainen Léger-Goodesin ym. (2023) tutkimus oli paljon pienimuotoisempi. Tutkimuksen tarkoituksena oli kartoittaa nuorempien lapsien tunteita liittyen ilmastomuutokseen sekä vanhempien roolia siinä. Tutkimukseen osallistui 12 perhettä ja 15 lasta (8–12-vuotiaita). Vanhempien vastauksia kartoitettiin kyselylomakkeella ja lapsia haastateltiin. (Léger-Goodes ym. 2023.)

Hickmanin ym. (2021) tutkimuksessa kartoitettiin lasten ja nuorten ajatuksia ja tunteita liittyen ilmastomuutokseen sekä hallituksen toimintaan ilmastomuutoksen hidastamiseksi. Tutkimuksessa oli mukana 10 000 lasta ja nuorta kymmenestä eri maasta. (Australia, Brasilia, Suomi, Ranska, Intia, Nigeria, Filippiinit, Portugali, Englanti ja Amerikka: 1000 osallistujaa per maa). Tutkimukseen osallistujat rekrytoitiin rekrytointialustan kautta. (Hickman ym. 2021.)

Parryn ym. (2022) englantilaisessa tutkimuksessa tutkittiin, kuinka ilmastomuutoksesta raportointi mediassa vaikuttaa nuorten mielenterveyteen sekä sitoutumiseen aihetta kohtaan. Tutkimuksessa käytettiin kahta vaihetta. Ensimmäisessä vaiheessa osallistujille esitettiin avoimia kysymyksiä liittyen sosiaalisessa mediassa tapahtuvaan raportointiin ilmastomuutoksesta. Toisessa vaiheessa vastaajilla oli mahdollisuus antaa vapaamuotoisia vastauksia. Tutkimukseen osallistui lopulta 51 nuorta, jotka olivat 16–25-vuotiaita. (Parry ym. 2022.)

Opinnäytetyöhön valikoitui kaksi australialaista tutkimusta. Arnotin ym. (2022) artikkelissa tutkittiin laadullisesti suunnatun verkkokyselyn kautta 15–24-vuotiaiden australialaisten nuorten näkökulmia ilmastokysymyksiä koskeviin oikeudenmukaisiin protesteihin ilmastomuutoksen hidastamisen ja toiminnan väliin. Tutkimukseen osallistui noin 511 nuorta. (Arnot ym. 2022.) Toisen australialaisen Gunasirin ym. (2022) tutkimuksen tarkoituksena oli tutkia ilmastomuutokseen liittyviä mielenterveyden edistämiskysymyksiä nuorille Australiassa. Tutkimukseen osallistuneet australialaiset nuoret olivat 18–24-vuotiaita ja heitä oli noin 46. Tutkimuksessa käytettiin tutkimuksellisesti sekoi- tettua menetelmää, jota nuoret itse ohjasivat. (Gunasiri ym. 2020.)

Anderkon ym. (2020) artikkeli, oli katsaustyyppinen artikkeli, jossa oli kerätty aikaisempaa tietoa aiheesta. Artikkeleihin oli katsaustyyppisesti kerätty tietoa ilmastomuutoksen vaikutuksista lisääntymisterveyteen sekä lasten terveyteen. (Anderko ym. 2020.) Toinen enemmän katsaustyyppinen artikkeli oli Diffeyn ym. (2022) artikkeli, jossa joukko 16–29-vuotiaita nuoria viidestätoista eri maasta kertovat tunteistaan ilmastomuutosta kohtaan ja niiden vaikutuksesta heidän arkielämäänsä sekä heidän toiveistaan myötätuntoisempaa tulevaisuutta kohtaan. Nuoret, jotka kertoivat tunteistaan, valittiin artikkeliin sosiaalisen median kautta. Artikkeleihin valikoitui 20 nuorta, jotka jakoivat kolmen kuukauden ajan tunteitaan ja mieltymyksiään siitä, miten artikkeli tulisi kirjoittaa. Tämä toteutettiin kyselylomakkeiden, neljän ryhmätyöpajan ja verkkokeskusteludokumenttien avulla. (Diffey ym. 2022.)

Jie Lin ja C. Monroen (2017) tutkimus tutki noin 728 lukioikäistä amerikkalaista nuorta. Tutkimukseen osallistuneista n.64 % oli 16–18-vuotiaita ja 36 % oli 14–16-vuotiaita. Tutkimus toteutettiin kyselylomakkeella, jossa mitattiin lasten ja nuorten tietämystä, uskomuksia ilmastomuutoksesta sekä keinoja selviytyä ilmastomuutoksen aiheuttamasta huolesta. (Jie li & C. Monroe 2017.)

Taulukko 3. valittu aineisto

Arnot, G., Thomas, S., Pitt, H & Warner, E. 2022. "It shows we are serious": Young people in Australia discuss climate justice protests as a mechanism for climate change advocacy action.	Turvallinen, ympäristöystävällinen ja tasa-arvoinen lasten näkemyksiä tulevaisuuden suomesta. 2019. Pelastakaa lapset ry.
Diffey, J., Wright, S., Uchendu, J., Masithi, S., Olude, A., Juma, D., Anya, L., Salami, T., Mogathala, P., Agarwal, H., Roh, H., Aboy, K., Cote, J., Saini, A., Mitchell, K., Kelczka, J., Lobner, N., Lalamov, L., Borbely, M., Hostetler, T., Woos, A., Rodriguez-Uruchurtu, A & Lawrence, E. 2022. "Not about us without us" – the feelings and hopes of climate-concerned young people around the world.	Parry, S. McCarthy, S & Clark, J. 2022. Young people engagement with climate change issues through digital media- a content analysis.
Galway, L & Field, E. 2022. Climate emotions and anxiety among young people in Canada: A national survey and call to action.	Pekkarinen, E. & Tuukkanen, T. 2020. Maapallon tulevaisuus ja lapsen oikeudet.
Gunasiri, H., Wang, Y., Watkins, E., Capetola, T., Henderson-Wilson, C. & Patrick, R. 2022. Hope, Coping and Eco-Anxiety: Young People's Mental Health in a Climate-Impacted Australia.	Anderko, L., Chapluka, S., Du, M. & Hauptman, M. 2020. Climate changes reproductive and children's health: a review of risks, exposures, and impacts.

Hickman, C., Marks, E., Pihkala, P., Clayton, S., Lewandowski, E., E Mayall, E., Wray, B., Mellor, C & Van Sustern, L. 2021. Climate anxiety in children and young people and their beliefs about government responses to climate change: a global survey.	Nuoret, media ja ilmastonmuutos -tutkimus. 2020. Sanomalehtiweekki.
Léger-Goodes, T., Malboeuf-Hurtubise, C., Hurtubise, K., Simons, K., Boucher, A., Paradis, P., Herba, C., Camden, C. & Généreux. 2023. How children make sense of climate change: A descriptive qualitative study of eco-anxiety in parent-child dyads.	Ratinen, I. & Uusiautti, S. 2020. Finnish Students' Knowledge of Climate Change Mitigation and Its Connection to Hope.
Jie Lie, M. & Monroe, M. 2017. Exploring the essential psychological factors in fostering hope concerning climate change.	

6.2.2 Aineiston analyysi

Miles ja Huberman (1994) kuvaavat aineistolähtöisen laadullisen eli induktiivisen aineiston analyysia karkeasti kolmevaiheiseksi prosessiksi: 1. aineiston redusointi eli pelkistäminen, 2. aineiston klusterointi eli ryhmittely ja 3. abstrahointi eli teoreettisten käsitteiden luominen. Ensimmäinen vaihe sisällönanalyysin tekemisessä on alkuperäisen aineiston pelkistäminen eli redusointi, joka tehdään karsimalla aineistosta tutkimukselle epäolennainen pois. Aineiston redusoinnin jälkeen aineisto ryhmitellään eli klusteroidaan. Klusteroinnissa alkuperäisaineistosta muodostetut pelkistetyt ilmaukset ryhmitellään alaluokiksi. Abstrahoinnissa erotetaan tutkimuksen kannalta olennainen tieto ja valikoidun tiedon perusteella muodostetaan teoreettisia käsitteitä. (Lähdesmäki ym. 2000, Sarajärvi & Tuomi 2017, 92–94 mukaan.)

Analyysivaiheessa opinnäytetyötä varten valittu aineisto luettiin läpi useasti ja tarkasti. Aineiston lukemisen jälkeen se pelkistettiin eli aineistosta nostettiin esiin tutkimuskysymykseen vastaavat teemat. Pelkistämisen jälkeen aineistosta valittiin eri tekstiotteita, jotka vastasivat tutkimuskysymykseen ja ne merkittiin eri väreillä. Tekstiotteet lisättiin Microsoft Word -sovelluksella tehtyyn sähköiseen taulukkoon. Tekstiotteista muodostettiin pelkistetty kuvaus, minkä jälkeen siitä muodostettiin alakategorioita sekä yläkategorioita. Lopulta ala- ja yläkategoriat yhdistettiin yhdeksi kategoriaksi, jota kuvataan nimellä yhdistävä kategoria.

Taulukko 4. aineiston analyysin kuvaus

Alkuperäinen tutkimustulos	Pelkistetty kuvaus	Alakategoria
Respondents across all countries were worried about climate change (59% were very or extremely worried and 84% were at least moderately worried). More than 50% reported each of the following emotions: sad, anxious, angry, powerless, helpless, and guilty. More than 45% of respondents said their feelings about climate change negatively affected their daily life and functioning	Vastaajat ympäri maailmaa olivat huolestuneita tai erittäin huolestuneita ilmastonmuutoksesta. Yli puolet vastaajista raportoivat tunteensa seuraavia tunteita: surua, ahdistusta, voimattomuutta, avuttomuutta ja syyllisyyttä. Yli 45 % vastaajista koki, ilmastonmuutoksesta aiheutuvien tunteiden vaikuttavan negatiivisesti heidän päivittäiseen elämäänsä sekä toimintakykyyn	Ilmastonmuutoksesta aiheutunut huoli ja muut vaikeat tunteet lapsilla ja nuorilla
Despite our diversity, we share a wide range of deeply uncomfortable climate-related feelings, including worry, sorrow, grief, fear, anger, hopelessness, and responsibility. These feelings tend to persist overtime, increasing when we experience climate impacts, when we hear of them happening overseas, or when we are reminded of the inaction of political and corporate leaders	Nuoret kertovat poliitikkojen ja yritysjohtajien toimetttömyyden aiheuttavan negatiivisia tuntemuksia liittyen ilmastonmuutokseen.	Pettymys oman maan päätöksentekijöiden hitauteen ilmastonmuutoksen estämiseksi
Children from our sample mainly used emotion-focused coping strategies in relation to their difficult emotions around climate change, for example, by distancing themselves from or avoiding the problem and using social support; as well as problem-focused coping strategies, predominantly individual action.	Lapset käyttivät tutkimuksessa eniten ilmastonmuutokseen liittyvien vaikeiden tunteiden käsittelemisen avuksi tunnekeskeisiä selviytymiskeinoja, he esimerkiksi välttelivät ja irtaannuttivat itsensä ongelmasta sekä käyttivät apuna sosiaalista tukea. Lisäksi lapset käyttivät ongelmalähtöisiä selviytymiskeinoja, kuten yksilöllistä toimintaa.	Lasten ja nuorten selviytymiskeinot ilmastonmuutoksesta aiheutuvien tunteiden käsittelyyn
Overall, 95% of the participants reported that they had the personal skills to cope with climate change reporting on social media. Most participants stated that coverage on the climate increased 'climate change anxiety' but not their overall mental health difficulties	Vastaajista 95 % osaavat mielestään käsitellä mediasta tulevaa tietoa ilmastonmuutoksesta. Useimmat tutkimukseen osallistuneista kertoivat ilmastonmuutoksesta uutisoinnin lisänneen ilmastoahdistusta, mutta ei kuitenkaan yleisesti heidän mielenterveysongelmiaan	Mediassa ilmastonmuutoksesta raportoinnin vaikutus ilmastotunteiden kokemiseen
The participants in this study worried about the future and the limited time remaining to effectively mitigate the impacts of climate change.	osallistujat olivat huolissaan siitä, että ilmastonmuutoksen torjumi- seen ei olisi enää riittävästi aikaa.	Lasten ja nuorten huoli tulevaisuudesta

Taulukko 5. Aineiston ryhmittelyn kuvaus

Alakategoria	Yläkategoria	Yhdistävä kategoria
Ilmastonmuutoksesta aiheutunut huoli ja muut vaikeat tunteet lapsilla ja nuorilla	Vaikeiden ilmastotunteiden ilmeneminen lapsilla ja nuorilla	Ilmastoahdistuneisuuden ilmeneminen lapsilla ja nuorilla
Pettymys oman maan päätöksentekijöiden hitauteen ilmastonmuutoksen estämiseksi	Lasten ja nuorten pettymys päätöksentekijöihin	Ilmastoahdistuneisuuden ilmeneminen lapsilla ja nuorilla
Lasten ja nuorten selviytymiskeinot ilmastonmuutoksesta aiheutuvien tunteiden käsittelyyn	Selviytymiskeinot ja vaikuttaminen	Ilmastoahdistuneisuuden ilmeneminen lapsilla ja nuorilla
Mediassa ilmastonmuutoksesta raportoinnin vaikutus ilmastotunteiden kokemiseen	Media ja ilmastotunteet	Ilmastoahdistuneisuuden ilmeneminen lapsilla ja nuorilla
Lasten ja nuorten huoli tulevaisuudesta	Tulevaisuuden näkymä	Ilmastoahdistuneisuuden ilmeneminen lapsilla ja nuorilla

7 OPINNÄYTETYÖN TULOKSET

7.1 Lasten ja nuorten ilmastoahdistuneisuuden ilmeneminen

Aineistoja yhdistivät lasten ja nuorten ilmastoahdistuneisuuden ilmeneminen sekä tunteet liittyen ilmastonmuutokseen. Aineistossa korostuivat lasten ja nuorten erilaiset tunteet liittyen ilmastonmuutokseen, johon vahvasti kuuluivat myös ahdistus, erilaiset selviytymiskeinot ilmastoahdistusta kokiessa, lasten ja nuorten pettymys hallituksen ja poliittisten vaikuttajien toimimattomuuteen ilmastonmuutoksen hidastamiseksi sekä ajatukset ja tunteet koskien omaa ja koko maapallon tulevaisuutta.

7.1.1 Ilmastoahdistuneisuus sekä vaikeat ilmastotunteet

Aineistoja tutkiessa selvisi, että lapset ja nuoret kokevat ilmastoahdistuneisuutta maailmanlaajuisesti. Ilmastoahdistuneisuuden kokeminen on erilaista

lapsen ja nuoren iän mukaan, mutta silti samanlaisuuksia löytyy paljon. Myös lapsen ja nuoren asuinpaikalla on yhteys ilmastonmuutoksesta aiheutuvan huolen kokemiseen. Aineistot osoittivat myös lasten ja nuorten kokevan ahdistuneisuuden lisäksi muita negatiivisia tunteita liittyen ilmastonmuutoksen vaikutuksiin.

Lapset ja nuoret ympäri maailmaa kokevat ilmastoahdistusta sekä muita ahdistavia tunteita ja ajatuksia liittyen ilmastonmuutokseen, jotka vaikuttavat heidän päivittäiseen elämäänsä (Hickman ym. 2021). Erityisen herkässä asemassa traumaattisille tapahtumille ovat Lapset ja nuoret. Traumaattiset tapahtumat saattavat aiheuttaa pitkäaikaisia negatiivisia vaikutuksia terveyteen, sosiaalisiin suhteisiin ja käyttäytymiseen. (Anderko ym. 2020.)

Hickmanin ym. (2021) tutkimuksessa selvisi, että 16–25-vuotiaat vastaajat ympäri maailmaa olivat huolissaan ilmastonmuutoksesta. Tutkimukseen vastanneista lapsista ja nuorista 59 % oli erittäin huolissaan ilmastonmuutoksesta ja 84 % vastanneista oli kohtuullisen huolestunut. (Hickman ym. 2021.) Samanlaisuuksia ilmeni myös kanadalaisessa tutkimuksessa, jonka mukaan yli 48 % nuorista oli todella tai erityisen huolissaan ilmastonmuutoksen uhista ihmis-kunnalle ja planeetalle (Galway & Field 2022).

Galwayn ja Fieldin (2022) tutkimuksessa ilmeni, että 63 % nuorista kokee ahdistusta ilmastonmuutoksesta. Ahdistuksen lisäksi ilmastonmuutos aiheuttaa lapsille ja nuorille myös muita tunteita, kuten pelkoa (66 %), surua (65 %), neuvottomuutta (58 %) sekä voimattomuutta (56 %). Samanlaisia tunteita ilmeni Hickmanin ym. (2021) tutkimuksesta, jossa lapsista ja nuorista puolet raportoi kokevansa surun, ahdistuneisuuden, vihan, voimattomuuden, neuvottomuuden ja syyllisyyden tunteita vallitsevasta ilmastonmuutoksesta. Diffeyn ym. (2020) artikkelissa nuoret ovat itse kuvanneet tuntevansa ilmastonmuutokseen liittyvää huolta, surua, pelkoa, vihaa, epätoivoisuutta ja vastuullisuuden tunnetta (Diffey ym. 2020). Nuoret kuvailevat kokevansa toivottomuuden ja voimattomuuden tunteita etenkin silloin, kun he eivät ole asemassa, jossa ilmastonmuutoksen vaikutusten lieventäminen olisi mahdollista (Gunasiri ym. 2022).

Lapsen ääni 2019: tulevaisuuden kyselyn tuloksia tarkastellessa selviää, että kyselyyn vastanneista 13–17-vuotiaista suomalaisista lapsista ja nuorista suurin tulevaisuuden huolenaihe on ilmastonmuutos (78 %). Kyselyyn vastanneita lapsia ja nuoria ahdisti epävarma maailmantilanne tulevaisuudessa liittyen ilmastonmuutoksen vaikutuksiin. (Pelastakaa lapset ry. 2019.) Kantarin ja Sanomalehtien liiton (2020) tutkimuksessa tuli ilmi samanlaisuuksia suomalaisten nuorten tunteista ilmastonmuutosta kohtaan. Lasten ja nuorten suurimmaksi huolenaiheeksi kyselyssä nousi myös ilmastonmuutos sekä ympäristön tila. Kyselyyn vastanneista 64 % oli joko erittäin tai melko huolissaan ilmastonmuutoksesta. (Kantar & Sanomalehtien liitto 2020.)

Nuorempien lasten on todettu kokevan epämukavia tunteita, silloin, kun keskustellaan ilmastonmuutoksesta. Lapset mainitsivat epämukavista tunteista silloin, kun heiltä kysyttiin ”miten tämä saa sinut tuntemaan” ja sen jälkeen, kun heille kerrottiin ilmastonmuutoksen seurauksista. Suurimmaksi osaksi lapset ilmaisivat surua ja huolta luonnon monimuotoisuuden menetyksestä sekä muiden ihmisten kärsimyksestä ympäri maailmaa. Lapset osoittivat myös vihaa ja turhautumista, usein yhdistettynä pettymykseen. Usein viha kohdistui henkilöihin, jotka saastuttavat ja ovat epä tietoisia ympäristöongelmista. (Léger-Goodes ym. 2023.)

Tutkimuksissa, jotka viittasivat nuorempiin lapsiin, toistui ilmastonmuutoksesta aiheutuvan huolen syyksi pelko eläinten hyvinvoinnista. Pekkarisen ja Tuukkarisen (2020) tutkimuksessa 5–6-vuotiaat suomalaiset lapset mainitsivat huolekseen ympäristön saastuttamisen ja ilmastonmuutoksen vaikutuksen eläinten hyvinvointiin. Myös yläasteikäiset tutkimukseen osallistuneet toivat esille huolen ilmastonmuutoksesta ja sen vaikutuksista eläinten hyvinvointiin. (Pekkarinen & Tuukkanen 2020.) Kanadalaisessa tutkimuksessa ilmeni myös nuorempien lasten kokevan suurta empatiaa eläinten ilmastonmuutoksesta aiheutuvaa kärsimystä kohtaan (Léger-Goodes ym. 2023).

7.1.2 Alueellinen vaikutus

Ilmastonmuutoksesta aiheutuvat tapahtumat vaikuttavat merkittävästi mielen-terveyteen ja hyvinvointiin. Haavoittuvimmilla maantieteellisillä alueilla asuvat lapset, joilla on vähemmän kestävää infrastruktuuria ja/tai vähemmän tukea,

ovat suurimmassa vaarassa altistua ilmastonmuutoksen vaikutuksille. (Anderson ym. 2020.) Yleisesti enemmän huolta ja suurempaa vaikutusta ilmaisivat köyhemmät maat ja sellaiset maat, jotka kärsivät ilmastonmuutoksen vaikutuksista suoraan eli kokevat suoraa ilmastoahdistuneisuutta (Hickman 2021).

Maailmanlaajuiseen tutkimukseen osallistuneista nuorista yli 45 % koki, että ilmastonmuutos ja sen aiheuttavat tunteet vaikuttavat negatiivisesti heidän päivittäiseen elämäänsä sekä sen toimivuuteen (Hickman ym. 2021). Galwayn ja Fieldin (2022) tutkimukseen vastanneista kanadalaisista nuorista 78 % raportoi ilmastonmuutoksen vaikuttaneen yleisesti mielenterveyteen ja 37 % vastaajista raportoi tunteiden vaikuttavan päivittäiseen elämään ja toimintakykyyn negatiivisesti. Päivittäisen toiminnan vaikutusten osalta löytyy myös samankaltaisia tuloksia eri maiden lasten ja nuorten keskuudessa esimerkiksi Australiasta (32 %), Ranskasta (32 %) sekä Portugalista (37 %). Maantieteellisesti etelässä sijaitsevien maiden tuloksissa on huomattava ero, jossa näkyy maantieteellinen vaikutus ilmastotunteiden kokemiseen. Tämä näkyy esimerkiksi Nigeriassa (66 %), Intiassa (74 %) sekä Filippiineissä (75 %). (Galway & Field 2022; Hickman ym. 2021.)

Nuoret, jotka asuvat matalalla sijaitsevilla maissa (esim. Filippiinit ja Jamaika), kertoivat toivottomuuden tunteistaan, koska heidän kotimaansa ei ehkä ole tulevaisuudessa asumiskelpoinen merenpinnan nousun, myrskyjen ja tulvien vuoksi. Myös nuoret, jotka asuvat tai joilla on perhettä kuivuudesta kärsivillä alueilla (esim. Intiassa, Egyptissä, Nigeriassa ja Keniassa), pelkäävät kuivuuden ja nälänhädän vaikutuksia yhteisöjensä hyvinvointiin. (Diffey ym. 2020.)

7.1 Lasten ja nuorten pettymys päätöksentekijöihin

Aineistoissa ilmeni samanlaisuuksia lasten ja nuorten pettymyksestä hallituksen ja johtoasemissa olevien henkilöiden toimeentuloon ilmastonmuutokseen liittyvissä toiminnoissa.

Hickmanin ym. (2021) maailmalaajuisen tutkimuksen mukaan ahdistus on kovempaa lasten ja nuorten uskoessa oman maan hallituksen toimien ilmastonmuutosta vastaan olevan puutteellisia. Voimakas ahdistus, toimintakyvyttömyys ja pettymyksen tunne vaikuttavat negatiivisesti lasten ja nuorten mielenterveyteen. Ilmastoahdistusta ei luokitella mielenterveydenhäiriöksi, mutta reaalielämästä ilmastonmuutoksesta yhdistettynä hallitusten toimettomuuteen ovat kroonisia, pitkäaikaisia ja potentiaalisesti väistämättömiä stressitekijöitä. (Hickman ym. 2021.)

Moni lapsi ja nuori ympäri maailmaa kokee, etteivät hallitukset tunnusta tai toimi kriisin osalta johdonmukaisella tavalla tai tunnusta heidän hätäänsä. Tämä koetaan hylkäämisenä ja petoksena nuorten ihmisten ja tulevien sukupolvien yleisellä tasolla. (Hickman ym. 2021.) Australialaisessa tutkimuksessa usea nuori mainitsee, ettei koe tulleen kuulleeksi päätöksentekijöiden osalta liittyen ilmastonmuutokseen liittyvissä toimissa, vaikka he kokevat olevansa tietoisia ilmastonmuutoksesta ja sen seurauksista (Gunasiri ym. 2022). Myös suomalaisista lapsista moni kokee päättäjien suhtautuvan välinpitämättömästi heidän tavoitteisiinsa. Päättäjien suhtautuminen välinpitämättömästi ilmasto-kriisiin aiheuttaa lapsissa turhautumista, sillä he kokevat olevansa voimattomia suuren huolensa edessä. Lapset vaativat pikaista reagointia poliitikoilta sekä muilta päättäjiltä. (Pelastakaa lapset ry. 2019.)

Diffeyn ym. (2020) artikkelissa nuoret kertovat politiikkojen ja yritysjohtajien toimettomuuden aiheuttavan negatiivisia tunteita liittyen ilmastonmuutokseen (Diffey ym. 2020). Galwayn ja Fieldin (2022) Kanadalaisessa tutkimuksessa nuorista 64 % ovat sitä mieltä, ettei Kanadan hallitus tee tarpeeksi ilmastonmuutoksen estämisen suhteen. Nuoret kokevat enemmänkin pettymystä hallituksen toimeen, kuin helpotusta hallituksen toimesta. (Galway & Field 2022.)

Nuoremmat lapset ovat kertoneet tuntevansa turhautuneisuutta aiempia sukupolvia kohtaan ja suuttumusta siitä, että heidän sukupolvensa joutuvat käsittelemään menneisyydessä aiheutettuja ongelmia (Léger- Goodes ym. 2023). Nuoret, jotka toivat esille huolen ilmastonmuutoksesta, pitivät ongelmana ihmisten toimintaa ja piittaamattomuutta (Pekkarinen & Tuukkanen 2020).

7.2 Media ja ilmastotunteet

Arnotin ym. (2022) tutkimuksen mukaan nuorista suurin osa (72 %) saa tietoa ilmastomuutoksesta sosiaalisen median kautta (Arnot ym. 2022). Nuoret, jotka seuraavat sosiaalisessa mediassa negatiivista uutisointia ilmastomuutoksesta, saattavat altistua herkemmin negatiivisille mielenterveysvaikutuksille (Gunasiri ym. 2022).

Parryn ym. (2022) tutkimukseen osallistuneista nuorista 95 % osaa mielestään käsitellä mediasta tulevaa tietoa ilmastomuutoksesta. Useimmat tutkimukseen osallistuneista kertoivat ilmastomuutoksesta uutisoinnin lisänneen ilmastoahdistusta, mutta ei kuitenkaan yleisesti heidän mielenterveysongelmiin. Digitaalisen median ilmastomuutoksesta koskevan uutisoinnin tehokkuuden ja motivoinnin kannalta olisi tärkeää vähentää syyllisyyttä, ahdistusta, avuttomuutta ja toivottomuutta. (Parry ym. 2022.) Tietoisuuden levittäminen ilmastomuutoksesta mediassa nähtiin myös positiivisessa valossa, kuten keinoa vaikuttaa hallitusten toimiin ilmastokriisiä vastaan. Sosiaalista mediaa kuvattiin myös tehokkaaksi välineeksi saada tietoisuutta ilmastotoimista. (Arnot ym. 2022.)

Kantar ja Sanomalehtien liiton (2020) tutkimuksessa tarkasteltiin ilmastomuutoksen uutisoinnista kumpuavia tunteita 13–18-vuotiaiden suomalaisten nuorten keskuudessa. Vastaajista 30 % koki ahdistuksen tuntemuksia ilmastomuutosuutisoinnista. Kuitenkin 36 % vastaajista tunsii halua toimia tai tehdä asialle jotain ilmastomuutosuutisoinnin takia. Ahdistuksen ja toimisen halun lisäksi nuoret kokivat muu muassa kiinnostusta (28 %), voimattomuutta (23 %), pelkoa (21 %) ja tiedonjanoa (20 %) ilmastomuutosuutisoinnin herättelemänä. (Kantar & Sanomalehtien liitto 2020.) Myös Gunasirin ym. (2022) tutkimuksessa haastatellut kertovat kokevansa ahdistuksen tunteita lukiessaan ilmastomuutoksen vaikutuksista sosiaalisessa mediassa. Osa nuorista kokee joidenkin organisaatioiden sosiaalisen media sisällön aiheuttavan syyllisyyttä, mikäli he ovat estyneitä osallistumaan ilmastoaktivismiin. (Gunasiri ym. 2022.)

7.3 Selviytymiskeinot

Lasten ja nuorten on todettu käyttävän kolmea eri selviytymiskeinoa ilmastonmuutoksesta aiheutuvien tunteiden käsittelemiseksi. Tällaisia keinoja ovat ongelmakeskeinen strategia, tunnekeskeinen strategia sekä tarkoituskeskeinen strategia. (Ojala 2012, Pekkarisen ja Tuukkanen 2020 mukaan.)

7.3.1 Ongelmakeskeinen strategia

Ongelmakeskeistä strategiaa käyttävät nuoret pyrkivät toimimaan ongelman ratkaisemiseksi. Esimerkiksi etsimällä tietoa siitä, mitä ongelmalle voi tehdä, toimintasuunnitelmia tekemällä ja toteuttamalla konkreettisia tekoja ongelman ratkaisemiseksi. (Ojala 2012, Pekkarinen ja Tuukkanen 2020 mukaan.) Ongelmakeskeinen strategia lasten keskuudessa on myös yhteydessä ympäristösuojelua edistävään toimintaan (Ojala & Bengtsson 2019, Pekkarinen ja Tuukkanen 2020 mukaan).

Gunasirin ym. (2022) tutkimuksesta ilmenee rakentava yhteys ilmastotekojen ja nuorten välillä. Nuoret, jotka osallistuvat ilmastonmuutosta koskeviin tapahtumiin tai toimiin kokevat enemmän toivoa, rauhaa sekä pelottomuutta ilmastokriisiä vastaan. (Gunasiri ym. 2022.) Parryn ym. (2022) tutkimuksessa suojaaviksi tekijöiksi nuorten ahdistusta vastaan ilmeni taitojen kehittäminen mediassa olevan tiedon arvioinnissa sekä kyvykkyyden tunne selviytyä ahdistavasta sisällöstä. Pienet askelmerkit toimintaan saattavat myös lisätä motivaatiota ja lievittää siihen liittyvää ahdistusta. (Parry ym. 2022.) Ruotsalaislasten ilmastonmuutosta koskevia strategioita kartoittaneessa tutkimuksessa lapsista noin kolmannes käytti selviytymiskeinona ongelmakeskeistä strategiaa (Ojala 2012, Pekkarinen ja Tuukkanen 2020 mukaan).

Nuoret kokivat myös protestien olevan tärkeä tapa herättää huomiota ilmasto- toimien tarpeesta. Ilmasto-oikeudenmukaisuuteen liittyvät toiminnat osallistavat nuoria ja antavat heille toivoa. Monet osallistujat kuvasivat mielenosoitusten toimivan välineinä saavuttaa toimia ilmastonmuutoksen torjumiseksi sekä myös muiden positiivisten tuloksien saavuttamista, kuten nuorten ”voimaannuttaminen” ja ”inspiroiminen” sekä yhteenkuuluvuuden tunteen luominen. (Arnot ym. 2022.) Myös suomalaisen Lapsen ääni -kyselyn (2019) tuloksien mu-

kaan lapset toimivat aktiivisesti ilmastonmuutoksen estämiseksi. Monille ympäristö- ja ilmastoystävällisyys on elämäntapa, jossa he pyrkivät jatkuvasti kehittymään. Tällaisina tekoina pidetään esimerkiksi kasvissyöntiä, kestäviä ostopäätöksiä ja tehokasta kierrätystä. Osa lapsista kertoi myös osallistuneensa erilaisiin lakkoihin tai mielenilmauksiin ilmastokysymyksiin liittyen. (Pelastakaa lapset ry. 2019.)

On tärkeä huomioida, että jotkut nuorista olivat kuitenkin eri mieltä ilmastoon liittyvistä oikeudenmukaisuusprotesteista ja kokivat, että haluaisivat olla mukana ilmastomuutokseen vaikuttamisessa eri tavalla. Osa nuorista koki, että protestit saattaisivat ärsyttää hallitusta sekä muuta yleisöä ja aiheuttaa haittaa heille, mikä saattaisi johtaa negatiivisiin näkemyksiin ilmastonmuutoksesta. Pieni osa nuorista koki, että protestit ovat epäkunnioittavia hallitusta kohtaan ja että olisi olemassa muita tehokkaampia keinoja osallistaa hallitus ja yleisö keskusteluihin ilmastotoimien tarpeellisuudesta. (Arnot ym. 2022.)

7.3.2 Tunnekeskeinen strategia

Tunnekeskeisessä strategiassa, on tarkoitus päästä eroon negatiivisista tunteista esimerkiksi kieltämällä ongelma kokonaan tai hakemalla emotionaalista tukea läheisiltä (Ojala 2012, Pekkarinen ja Tuukkanen 2020 mukaan).

Ojalan (2012) tutkimuksessa todettiin, että yleisin käsittelytapa lasten keskuudessa oli tunnekeskeinen strategia. Tutkimukseen osallistuneista 40 % hyödynsi tunnekeskeistä strategiaa. (Ojala 2012, Pekkarinen ja Tuukkanen 2020 mukaan.) Myös Léger-Goodesin ym. (2023) tutkimuksessa ilmeni, että Lapset käyttivät eniten ilmastonmuutokseen liittyvien vaikeiden tunteiden käsittelemisen avuksi tunnekeskeisiä selviytymiskeinoja. Lapset esimerkiksi välttelivät ja irtaannuttivat itsensä ongelmasta sekä käyttivät apuna sosiaalista tukea. (Léger-Goodes ym. 2023.)

7.3.3 Tarkoituksellinen strategia

Tarkoituksellinen strategian tarkoituksena on aktivoida positiivisia tunteita ja pyrkiä löytämään asioille merkitys vaikeissakin tilanteissa (Ojala 2012, Pekkarinen ja Tuukkanen 2020 mukaan).

Ilmastonmuutoksesta johtuvan huolen ja toivon välillä on tutkitusti yhteys. Nuoret, jotka kokevat voimakkaasti huolta ilmastonmuutoksesta voivat kokea myös enemmän toivoa. Tämä liittyy siihen, että suurempi huoli saattaa mahdollisesti lisätä kiinnostusta tiedon hankkimiseen ja esimerkkien löytämiseen sekä tehokkaiden strategioiden kehittämiseen. (Jie Li & Monroe 2017.) Tarkoitukseskeistä strategiaa käytti 13 % Ojalan (2012) tutkimukseen osallistuneista lapsista (Ojala 2012, Pekkarinen ja Tuukkanen 2020 mukaan). Ratisen ja Uusiautin (2020) tutkimuksessa, suomalaisten peruskoulu- ja toisen asteen opiskelijoiden keskuudessa rakentava toivo oli yleisempi asenne ilmastonmuutokseen kuin toivon kieltäminen (Ratinen & Uusiautti 2020).

7.4 Huoli tulevaisuudesta

Lasten ja nuorten mukaan ilmastonmuutos vaikuttaa negatiivisesti heidän käsityksiinsä tulevaisuudesta. Esimerkiksi 39 % lapsista ja nuorista ilmoitti epäroivänsä tulevaisuudessa lasten hankkimista ilmastonmuutoksen takia, 48 % mielestä ihmiskunta on tuomittu, 53 % kokee, ettei heillä ole samanlaisia mahdollisuuksia kuin omilla vanhemmillä, 73 % kertoo pitävänsä tulevaisuutta pelottavana ja 76 % raportoi ihmisten epäonnistuneen maapallon huolehtimisesta. (Galway & Field 2022.) Tulevaisuuteen liittyvä epätoivo näkyy myös Hickmanin ym. (2021) tutkimuksessa, jossa ilmenee samanlaisuuksia liittyen lasten ja nuorten tunteisiin tulevaisuudesta. Myös tässä tutkimuksessa mainittiin vastaajien kokevan, ettei heillä ole samanlaisia mahdollisuuksia kuin heidän vanhemmillansa ja että ihmiskunta on tuomittu. Lapset ja nuoret kokevat myös, että heidän turvallisuutensa on uhattuna, ja epäroivät lasten hankkimista. Prosentuaalisesti 75 % nuorista piti tulevaisuutta kauhistuttavana ja 83 % ajatteli ihmisten epäonnistuneen maapallon huolenpidossa. (Hickman ym. 2021.)

Gunasirin ym. (2022) tutkimuksessa ilmeni osallistujien olevan huolissaan myös siitä, että ilmastonmuutoksen torjumiseen ei olisi enää riittävästi aikaa. Huoli ilmastonmuutoksen vaikutusten suuruudesta ja synkkä tulevaisuus herättivät osallistujissa ahdistusta ja stressiä. (Gunasiri ym. 2022.) Léger-Goodesin ym. (2023) tutkimuksessa muutama lapsi mainitsi tuntevansa pelkoa ja epävarmuutta tulevaisuudestaan. He mainitsivat myös pelkäävänsä maailman

muuttuneen huonompaan suuntaan silloin, kun he ovat aikuisia. (Léger-Goodes ym. 2023.) Suomalaisia lapsia ja nuoria ahdisti epävarma maailmantilanne tulevaisuudessa liittyen ilmastonmuutoksen vaikutuksiin (Pelastakaa lapset ry. 2019).

8 POHDINTA

8.1 Tulosten tarkastelua ja keskeiset johtopäätökset

Kirjallisuuskatsauksen tavoitteena oli etsiä ja kerätä yhteen tietoa alle 29-vuotiaiden lasten ja nuorten ilmastoahdistuneisuuden ilmenemisestä. Tietoa oli tarkoitus kerätä maailmanlaajuisesti, koska ilmastoahdistus on ilmiönä maailmanlaajuinen. Ilmiötä tarkasteltiin tutkimuskysymykseen sopivan 13 tieteellisen tutkimuksen sekä artikkelin avulla. Kirjallisuuskatsauksen tulokset -osio jakautui viiteen eri teemaan, jotka olivat lasten ja nuorten ilmastoahdistuneisuuden ilmeneminen, lasten ja nuorten pettymys päätöksentekijöihin, media ja ilmastotunteet, selviytymiskeinot sekä tulevaisuuden näkymä. Kaikki nämä teemat liittyivät lasten ja nuorten ilmastoahdistuneisuuden ilmenemiseen.

Lapset ja nuoret maailmanlaajuisesti kokevat ilmastoahdistusta. Opinnäytetyön tuloksista selviää, että prosentuaalisesti laaja osa lapsista ja nuorista on huolestunut vallitsevasta ilmastokriisistä. Huolestuneisuus ja ahdistuneisuus on hyvinkin ymmärrettävä reaktio, koska näiden ennustuksien mukaisesti lämpenevällä ilmastolla on lukuisia vaikutuksia ihmiskunnan hyvinvoinnille tulevaisuudessa. Ilmastoahdistuneisuuden lisäksi lapset ja nuoret kokevat lukuisia negatiivisia tunteita liittyen ilmastonmuutokseen ja sen vaikutuksiin. Tällaisia tunteita ovat esim. suru, häpeä, viha, pelokkuus, toivottomuus ja syyllisyys. Tutkimukset osoittavat huolestuttavia tuloksia ilmastonmuutoksesta aiheutuvien tunteiden vaikuttavan negatiivisesti lasten ja nuorten päivittäiseen elämään ja toimintakykyyn (Hickman ym. 2021; Galway & Field 2022).

Ilmastoahdistus ja -tunteet eroavat riippuen maasta, jossa sitä kokeva henkilö asuu. Opinnäytetyön tuloksien perusteella haavoittuvimmassa asemassa ilmastonmuutoksen vaikutuksille sekä siitä johtaville tunteille ovat köyhemmät maat sekä maat, jotka kokevat suoraan ilmastonmuutoksen vaikutuksia (Hickman ym. 2021). Suoraan ilmastoahdistuneisuutta kokevat esimerkiksi mata-

lalla sijaitsevat maat (Filippiinit, Jamaika), johtuen merenpinnan nousun aiheuttamien tulvien ja myrskyjen takia. Nuoret kuivemmissa maissa (Intia, Egypti, Nigeria ja Kenia) kokevat pelon tunteita kuivuudesta ja nälänhädästä. (Diffey ym. 2020.) Näiden tuloksien perusteella voi havaita, että ilmastoahdistusta ja -tunteita kokevat voimakkaammin ne lapset ja nuoret, jotka asuvat haavoittuvammassa asemassa olevissa maissa. Köyhimmissä maissa asuvilla lapsilla ja nuorilla on myös vähemmän mahdollisuuksia selviytyä ilmastonmuutoksen seurauksista ja haasteista sekä sosiaalinen tuki saattaa olla vähäisempää.

Yksi vaikuttava tekijä ilmastoahdistuksen ilmenemiseen lapsilla ja nuorilla, oli hitaaksi koettu ilmastopolitiikka. Suuri osa nuorista maailmanlaajuisesti katsoo oman maan hallituksen olevan epäonnistunut ilmastokriisin tunnustamisessa sekä toimisessa kiireellisellä ja johdonmukaisella tavalla sen ratkaisemiseksi (Hickman ym. 2021). Monessa maassa oman hallituksen toimet ilmastonmuutoksen hidastamiseksi koetaan liian vähäiseksi ja hitaaksi. Monet nuoret kokevat, etteivät he tule kuulluksi ilmastoasioissa tai heidän tunteitaan vähätellään. Tällainen johtaa tunteeseen, siitä että heidät on petetty, eikä heillä ole mahdollisuutta vaikuttaa asiaan. Pettymys liittyen hallitukseen ilmeni melkein jokaisessa opinnäytetyön tutkimuksessa sekä artikkelissa. Monesti ilmastoahdistukseen liittyvässä puheessa korostetaan yksilön vastuuta ongelmanratkaisemisessa. Kuitenkin Hickmanin ym. (2021) tutkimus osoittaa, että erityisesti valtanpitäjien tulisi ryhtyä toimiin, koska merkittävän muutoksen aikaansaamiseksi täytyisi tapahtua järjestelmällisiä ja rakenteellisia muutoksia, jotka valtanpitäjät mahdollistavat. (Hickman ym. 2021.)

Lapset ja nuoret kokevat negatiivisia tunteita liittyen tulevaisuuteensa ilmastonmuutoksen takia. Aineistoissa ilmeni lasten ja nuorten kokema pelko tulevaisuutta kohtaan ja tunne siitä, että ihmiset ovat epäonnistuneet maapallon huolehtimisessa. Ilmastokriisin takia monet lapsista ja nuorista kokevat, etteivät heillä ole samanlaisia mahdollisuuksia, kun heidän vanhemmillansa. (Hickman ym. 2021; Galway & Field 2022.)

Lasten ja nuorten huoli ilmastonmuutoksesta osoittaa sen, kuinka tärkeää aikuisten ja etenkin lasten ja nuorten kanssa työskentelevien ammattilaisten olisi tunnistaa ilmastonmuutoksesta aiheutuva ahdistus sekä muut tunteet ja

reagoida niihin mahdollisimman nopeasti sekä osoittaa lapselle tai nuorelle, että aiheesta on turvallista ja kannattavaa keskustella. Opinnäytetyössä kuvaillaan keinoja, joilla voidaan tukea ilmastoahdistuneisuutta kokevaa lasta tai nuorta. Ylipäätään keskusteleminen aiheesta ja lapsen tai nuoren kuunteleminen on tärkeää. Merkityksellisyyteen keskittyvää tunteiden hallintaa tulisi rohkaista ja tukea. Siinä olennaista on rohkaisevien tunteiden ja ajatusten ylläpitäminen, jonka seurauksena haastaviakin tunteita olisi helpompi kohdata ja kantaa. Tämä vahvistaisi samalla myös toivoa omaan luottamukseen ja muiden yhteiskunnan toimijoiden kykyyn ja halukkuuteen pyrkiä löytämään ratkaisuja ilmastokriisiin. (Pihkala ym. 2020.)

Nuorempien lasten kanssa tulisi viettää aikaa luonnossa, jotta lapset itse oppisivat välittämään paikallisesta luontoympäristöstä ja saisivat vastuuta elävien olentojen hoitamisesta (Sanson ym. 2018). Nuoremmat lapset kokevat myös ilmastoahdistuneisuutta, silloin kun siitä puhutetaan (Léger-Goodes ym. 2023). Tämän takia olisikin tärkeää, että välittäminen luontoon ja sitä kautta mahdollisesti ilmastoasioihin lähtisi lapsesta itsestään. Ilmastonmuutos käsitteenä sekä siihen liittyvät vaikutukset saattavat kuulostaa ahdistavalta, ja etenkin nuorempien lapsien voi olla vaikea käsitellä tällaisia tunteita tai ylipäätään ilmastonmuutosta ilmiönä.

Opinnäytetyön tuloksista ilmenee nuorten ja lasten käyttävän erilaisia selviytymiskeinoja ilmastonmuutoksen ja siitä aiheutuvien tunteiden käsittelemiseksi. Selviytymiskeinot voidaan jakaa kolmeen eri strategiaan, jotka ovat ongelmakeskeinen strategia, tunnekeskeinen strategia ja tarkoituskeskeinen strategia. Näistä kolmesta strategiasta tunnekeskeinen strategia toimi yleisimpänä käsitelytapana lasten keskuudessa (Ojala 2012, Pekkarisen & Tuukkasen 2020 mukaan; Léger-Goodes ym. 2023). Tuloksista myös ilmenee, että ilmastote-koihin osallistumisella sekä ilmastonmuutoksesta johtuvan huolen on todettu vaikuttavan positiivisella tavalla toivoon ilmastokriisiä kohtaan. On mahdollista, että suurempi huoli lisää kiinnostusta tiedon hankkimiseen ja esimerkkien löytämiseen sekä tehokkaiden strategioiden kehittämiseen (Jie Li & Monroe 2017). Ilmastonmuutoksen ollessa laaja-alainen ongelma voi siitä hankittu tieto auttaa laskemaan yksilön vastuuta liittyen ilmastonmuutoksen hidastamiseen. Tämä voi vaikuttaa positiivisesti ilmastoahdistuksen kokemiseen.

Protestit koettiin tärkeäksi tavaksi herättää huomiota ilmastokriisistä. Mielenosoituksilla on positiivinen vaikutus liittyen nuorten yhteenkuuluvuuteen ja voimaantumiseen. Monet nuorista kuvasivat protestien toimivan hyvänä välineenä saavuttaa toimia ilmastonmuutoksen hidastamiseksi. On myös tärkeää huomioida, että osa nuorista koki protestien olevan väärä lähestymistapa huomion herättämiselle ilmastonmuutoksesta. He mainitsivat, että protestit saattavat aiheuttaa ärsyntyntymistä päätöksentekijöissä sekä muussa yleisössä, ja täten ilmastopolitiikka hidastuisi. (Arnot ym. 2022). Ympäristö- ja ilmastoystävällisyys tunnustettiin myös elämäntavaksi, joita toteutetaan arkisilla teoilla. Tällaisia tekoja ovat esimerkiksi kasvissyönnön, kestävät ostopäätökset ja tehokas kierrätys. (Pelastakaa lapset ry. 2019). Protestit yhdistetään monesti nuoriin ja etenkin ilmastoaktivisteihin. Protestit saattavat olla joskus hyvinkin voimakkaita, jotta ne herättäisivät mahdollisimman paljon huomioita yleisölle. On myös tärkeää, miten ilmastoprotesteista uutisoidaan, koska uutisoinnin kautta moni henkilö saa tiedon niistä sekä muodostaa oman mielipiteensä protesteista. Protestien tukemiseen liittyy monesti se, että on itse kiinnostunut ilmastoasioista ja siihen liittyvästä vaikuttamisesta. On kuitenkin myös tärkeä huomioida, että kaikki ilmastoasioista kiinnostuneet eivät kannata protesteja eivätkä pidä niitä tarpeellisena ilmastopolitiikan edistämiseksi.

Sosiaalisella medially sekä uutisoinnilla oli yhteys nuorten ja lasten kokeman ilmastoahdistuksen välillä. Kuitenkin tutkimus tulokset osoittivat myös sosiaalisen median toimivan hyvänä välineenä tuottaa tietoisuutta ilmastokriisistä. Mediasta tulevan tiedon arvioinnin kehittäminen sekä kyvykkyyden tunne selviytyä ahdistavasta sisällöstä nimettiin suojaaviksi tekijöiksi nuorten ahdistusta vastaan (Parry & McCarthy 2022). Ilmastonmuutoksen vaikutuksista uutisointi on moniselitteinen asia. Se lisää ihmisten tietoisuutta ilmastokriisistä ja siitä aiheutuvista vaurioista. Tiedon lisääminen mahdollistaa toimintaan, joka tämän opinnäytetyön tuloksien perusteella voisi helpottaa ilmastoahdistuneisuutta. Kuitenkin uutisointi saattaa lisätä tuntemuksia ahdistuksesta, etenkin jos ilmastonmuutos ilmiönä on haastava ja vieras, tällöin sen ennusteet saattavat tuntua lamaannuttavilta.

8.2 Eettisyys ja luotettavuus

Ennen opinnäytetyön aloittamista tutustuttiin ammattikorkeakoulujen eettisiin ohjeisiin sekä tutkimuseettisen neuvottelukunnan (TENK 2021) ohjeistuksiin. Opinnäytetyötä tehdessä pyrittiin noudattamaan eettisesti oikeita ja vastuullisia toimintatapoja. Muiden julkaisujen lähdeviittauksissa on käytetty erityistä tarkkuutta, viittaamalla asianmukaisesti heidän tekemiin julkaisuihin.

Tutkimuseettisen neuvottelukunnan (TENK 2021) ”Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsittely” (HTK) ohjeistusten mukaan tutkimusetiikalla tarkoitetaan eettisesti oikeiden ja vastuullisten toimintatapojen noudattamista ja edistämistä tutkimustoiminnassa sekä tieteeseen kohdistuvien loukkausten ja epärehellisyyden tunnistamista ja torjumista kaikilla tieteenaloilla. Hyvän tieteellisen käytännön loukkauksiin kuuluu esimerkiksi muiden tutkijoiden osuuden vähättely julkaisuissa, puutteellinen viittaaminen aikaisempiin tutkimustuloksiin, tutkimustulosten tai käytettyjen menetelmien huolimaton ja harhaanjohtava raportointi, tulosten puutteellinen kirjaaminen ja säilyttäminen tai samojen tulosten julkaiseminen useita kertoja näennäisesti uusina ja tieteellinen vilppi, joka tarkoittaa valheellisten, vääristeltyjen tai luvottomasti lainattujen havaintojen ja tulosten esittämistä. (Sarajärvi & Tuomi 2017, 113.)

Lähdekriittisyys on olennainen osa kriittistä tiedonhankintaa sekä tiedonmuodostamista. Lähdekritiikkiin kuuluu tietolähteen valitsemisen peruste sekä valinnan jälkeen syy sille minkä perusteella lähteestä valitsee olennaisen tiedon. Lähdekritiikin tekemisessä on tärkeä huomioida esimerkiksi tekstin kirjoittaja ja kuinka arvovaltainen ja tunnettu hän on, tekstin julkaisuaika ja paikka, tekstin tarkoitus sekä tekstin uskottavuus. (Vilka 2020, 77.) Kirjallisuuskatsauksen luotettavuuden kannalta opinnäytetyöhän valikoituneissa aineistoissa käytettiin lähdekriittisyyttä ja lähdemerkinnät suoritettiin Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulun ohjeiden mukaisesti. Aineistot opinnäytetyötä varten valittiin käyttäen erityistä tarkkuutta liittyen aineiston luotettavuuteen. Artikkeleista ja tutkimuksista 10 oli vertaisarvioituja. Tutkimusten tuloksissa on tärkeä myös huomioida, että monien tutkimusten kyselyihin vastaaminen oli vapaaehtoista. Tämä voi muokata tulosta siten, että tutkimukseen vastanneet lapset ja nuoret ovat kiinnostuneita ilmastoasioista. Täten ei pidä yleistää, että kaikki lapset ja nuoret kokevat ilmastoahdistuneisuutta. Tässä työssä huomioitiin enemmän

ne tulokset, jotka osoittivat lasten ja nuorten kokevan ilmastonmuutokseen liittyviä epämiellyttäviä tunteita.

Suurin osa opinnäytetyön aineistosta oli englanninkielistä, joten se käännettiin alkuperäisestä tekstistä suomenkieliseksi. Tämä voi vaikuttaa tekstin luotettavuuteen ja vaikka käännöksissä yritettiin käyttää erinomaista tarkkuutta, saattaa tekstistä löytyä silti virhetulkintoja. Opinnäytetyössä pyrittiin olemaan huolellinen jaottelun suhteen ja aineistoa luettiin läpi useaan otteeseen. On tärkeää kuitenkin huomioida, että työ tehtiin yksin eikä aiempaa kokemusta kirjallisuuskatsauksen tekemisestä ollut. Tällöin työn luotettavuuden arvioinnissa ei ole ollut toista henkilöä. Työn analyysivaiheessa on luokiteltu tietyt asiat tutkimusten ja artikkelien sisällöstä. Toisen henkilön tekemänä luokittelu saattaisi olla erilaista.

Opinnäytetyön aihe on ajankohtainen, mutta myös suhteellisen tuore, joka näkyi aineiston laajuudessa. Tiedonhaussa moni tutkimuskysymykseen liittyvä artikkeli sekä tutkimus jouduttiin rajaamaan pois niiden vaikean saatavuuden takia. Vaikea saatavuus liittyi siihen, että monet artikkeleista ja tutkimuksista olivat maksullisia tai vaativat kirjautumista esimerkiksi jonkun yliopiston tunnuksilla. Luotettavuuden kannalta on tärkeä huomioida, että rajattujen artikkelien sisältöä ei päästy käymään läpi. Artikkelien sisällöistä olisi saattanut löytää jotain sellaista tietoa, jota työssä ei huomioitu. Opinnäytetyötä tehdessä havainnoitiin myös, että nuorempien lasten ilmastoahdistuneisuudesta oli tehty huomattavasti vähemmän tutkimuksia. Tämän takia opinnäytetyön aineisto perustui enemmän nuorten ilmastoahdistuneisuuden ilmenemiseen.

8.3 Tulosten hyödynnettävyys ja jatkotutkimusaiheet

Opinnäytetyö on toteutettu suomenkielisenä kuvailevana kirjallisuuskatsauksena. Työn tarkoitus on tiivistää ja kerätä tietoa lasten ja nuorten ilmastoahdistuneisuudesta erilaisten tieteellisten artikkelien ja tutkimuksien avulla. Opinnäytetyö tarjoaa ajankohtaista tietoa alle 29-vuotiaiden lasten ja nuorten ilmastoahdistuneisuudesta. Opinnäytetyöhön koottu tieto voi toimia tiedonlähteenä sosiaali-, terveys- ja koulutusalan ammattilaisille, jotka kohtaavat työssään ilmastoahdistuneisuutta. Ammattilaiset voivat hyödyntää opinnäytetyö-

hön kerättyä tietoa ilmastoahdistuneisuutta kokevan lapsen ja nuoren kohtaamisessa erilaisissa sosiaali-, terveys- ja koulutusalan paikoissa. Esimerkiksi kouluissa olisi tärkeä tunnistaa lasten ja nuorten ilmastoahdistuneisuus ja keskustella aiheesta heidän kanssaan. Opinnäytetyöhön koottu tieto toimii myös ajattelun ja keskustelun herättelijänä lasten ja nuorten ilmastoahdistuneisuuden ilmenemisestä.

Opinnäytetyön tuloksista ilmenee myös erilaisia selviytymiskeinoja, joita lapset ja nuoret käyttävät ilmastonmuutoksesta aiheutuvien tunteiden käsittelemiseksi. Ongelmakeskeinen strategia nostettiin monesti aineistossa toimivaksi tavaksi lapsille ja nuorille. Olisi tärkeää ohjata lapset ja nuoret erilaisiin konkreettisiin ilmastotekoihin ja keskustella niiden hyödyistä. Tämä tulisi kuitenkin tehdä varovaisesti, eli siten, ettei lapsi tai nuori koe liikaa vastuullisuuden tunnetta ja siten syyllisyyttä, mikäli jokin muutos tuntuu liian kuormittavalta.

Ilmastonmuutoksesta on uutisoitu maailmalla jo pitkään. Tämänhetkisen ennusteen mukaan ilmastonlämpenemisellä on lukuisia vaikutuksia ihmiskunnan ja maapallon hyvinvointiin. Lasten ja nuorten tietoisuus ilmastonmuutoksesta ja sen vaikutuksista on aiheuttanut ilmastoahdistusta ja muita ilmastonmuutoksesta aiheutuvia negatiivisia tunteita. Opinnäytetyön aineisto sijoittuu vuosille 2017–2023. Suurin osa artikkeleista kuitenkin sijoittui vuosille 2020–2023, mistä voi päätellä ilmiön olevan vielä aika tuore.

Viime aikoina ilmastonlämpenemisestä on ollut erityisen paljon uutisointia liittyen Pohjois-Amerikan ja Euroopan helleaaltoihin. Toukokuussa (2023) Yle Uutiset julkaisi Burtsoffin artikkelin liittyen ennustuksiin ennätyskuivasta kestästä. Artikkelissa kirjoitetaan Espanjan, Etelä-Ranskan ja Italian pohjavesien sekä jokien ja tekoaltaiden vesimäärien niukkuudesta ja sen vaikutuksista maatilojen kasteluun ja vesivoiman käyttöön. Artikkelissa mainitaan Afrikan sarvessa olevan kuivinta vuosikymmeniin ja Argentiinan tuhoutuneista soija- ja maissisadoista kuivuuden takia. (Burtsoff 2023.)

Opinnäytetyön tuloksissa ilmaistaan Nigerian, Filippiinien sekä Intian kokevan suoraa ilmastoahdistuneisuutta ja eurooppalaisten kokevan enemmänkin epäsuoraa ilmastoahdistuneisuutta. Burtsoffin (2023) uutisartikkeli kuitenkin ker-

too, että Ranskassa neljä aluehallintoa on ottanut poikkeustilan käyttöön joutuessaan kuivuudesta ja Portugalissa 90 % maa-alasta kärsii kuivuudesta, määrä on viisinkertaistunut viime vuodesta. Espanjassa viranomaisten on täytynyt tuoda kansalaisille juomavettä rekoilla, koska kuivuus joissakin osissa maata on niin vakavaa. (Burtsoff 2023.) Ennustukset liittyen ennätyskelteiseen kessään piti paikkansa, ja tälläkin hetkellä voidaan lukea äärimmäisistä sääolosuhteista esimerkiksi Etelä-Euroopassa. Myös Yle Uutisten toisessa (2023) artikkelissa ilmastotutkija Friedrike Otton mainitsee, ettei maailma ole lopettanut fossiilisten polttoaineiden polttamista, minkä vuoksi ilmasto jatkaa lämpenemistä ja helleaalloit voimistuvat.

Yläpuolella olevat uutisartikkelit kertovat huolestuttavista suorista ilmastonmuutoksen vaikutuksista, jotka ovat jo nähtävillä Euroopassa sekä muualla maailmassa. Uutisartikkeleista on helppo päätellä, että todennäköisesti tulevaisuudessa lasten ja nuorten ilmastoahdistuneisuus on lisääntymässä. Etenkin suora ilmastoahdistuneisuus saattaa lisääntyä myös Euroopassa, suorien ilmastonmuutoksen vaikutuksien myötä. Koska ilmastoahdistuneisuus on kasvava ilmiö ilmaston lämmetessä jatkuvasti, olisi tärkeää keskittyä sen ennaltaehkäisemiseen. Ilmastoahdistuneisuutta voitaisiin ennaltaehkäistä esimerkiksi tarjoamalla sosiaalista tukea lapsille ja nuorille sekä kannustaa heitä ilmasto-tekoihin. Olisi myös tärkeää lisätä tietoisuutta ilmastonmuutoksesta, koska tutkimusti tietoisuus oli yhteydessä toivon kokemiseen. Ilmastoahdistuneisuus on niin moniselitteinen asia, ettei siihen löydy yhtä ratkaisua. Olisi kuitenkin tärkeää ymmärtää se ilmiönä ja sen vakavuus sekä antaa lapsille ja nuorille tilaa avata omia tunteitaan liittyen ilmastonlämpenemiseen ja keskustella heidän kanssaan aiheesta.

Sosiaali-, terveys- ja koulutusalan ammattilaiset saattavat olla ensimmäisiä henkilöitä, joihin lapsi tai nuori saattaa kääntyä tarvittaessa tukea tai ymmärrystä liittyen ilmastoahdistuksen kokemiseen. Tämän takia olisi tärkeää, että alan ammattilaiset pystyisivät tunnistamaan sekä tarjoamaan tukea lapsen tai nuoren kohdatessa ilmastoahdistusta ja muita ilmastonlämpenemisestä kumpuavia tunteita. Ammattilaisten on tärkeää ymmärtää näiden tunteiden vakavuus ja se kuinka hallitsevana lapsi tai nuori voi kokea ilmastonlämpenemiseen liittyvät tunteet. Ilmiön tunnistaminen auttaa myös tarvittaessa lapsen tai

nuoren ohjaaminen eteenpäin oikeanlaisen avun piiriin kuten esimerkiksi psykologille. Sosiaali-, terveys- ja koulutusalan kentällä on myös hyvä olla tietoinen mahdollisista traumaista, joita osa lapsista ja nuorista on saattanut kokea ilmastonmuutoksen vaikutuksien takia. Tällaisia traumoja saattavat olla esimerkiksi ilmastopakolaisuus ja koetut luonnonkatastrofit.

Tutkimuksia ja dataa aiheesta löytyi suhteellisen kattavasti, mutta koska ilmiö on kasvava, olisi tärkeää, että jatkossakin ilmastoahdistuneisuutta tutkittaisiin vielä monipuolisemmin. Tutkimuksista ilmeni lasten ja nuorten kokevan enemmän toivoa ilmastonmuutoksen liittyen heidän osallistuessa ilmastotekoihin. Jatkotutkimuksiin liittyen olisi hyödyllistä tutkia enemmän tapoja, miten lapsia ja nuoria voisi osallistaa ilmastotekoihin niin sanotusti ”turvallisesti”, jottei siitä aiheutuisi lisää ilmastoahdistusta tai stressiä. Monissa tutkimuksissa keskityttiin myös enemmän nuorilla ilmenevään ilmastoahdistuneisuuteen. Olisi mielenkiintoista, jos ilmastoahdistuneisuuden ilmenemistä tutkittaisiin myös enemmän nuorten lasten keskuudessa. Tämä voi tosin olla haasteellista, koska nuoret lapset eivät pakosti osaa vielä tunnistaa ilmastoahdistuneisuutta ja ilmiö voi muutenkin olla vielä vaikea käsittää.

LÄHTEET

Anderko, L., Chapluka, S., Du, M. & Hauptman, M. 2020. Climate changes re-productive and children's health: a review of risks, exposures, and impacts. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31731287/> [viitattu 3.7.2023].

Annot, G., Thomas, S., Pitt, H & Warner, E. "It shows we are serious": Young people in Australia discuss climate justice protests as a mechanism for climate change advocacy action. Australian and New Zealand Journal of Public Health. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://www-sciencedirect-com.ezproxy.xamk.fi/science/article/pii/S1326020023030443> [viitattu 31.5.2023].

Berndtson, T. 2022. Ilmastoahdistuksesta toivoon. Psykologilehti. Verkko-lehti. Saatavissa: <https://psykologilehti.fi/ilmastoahdistuksesta-toivoon/> [viitattu 6.3.2023].

Burtsoff, P. 2023. Etelä-Eurooppaa uhkaa ilmastotutkijoiden mukaan toinen ennätyskuiva kesä. 17.5.2023. Yle Uutiset. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://yle.fi/a/74-20032213#:~:text=Tutkijoiden%20mukaan%20Eurooppaa%20uhkaa%20toinen,Alicanten%20yliopiston%20professori%20Jorge%20Olcina> [viitattu 25.7.2023].

Clayton, S., Pihkala, P., Wray, B & Marks, E. Psychological and Emotional Responses to Climate Change among Young People Worldwide: Differences Associated with Gender, Age, and Country. 2023. Sustainability 15(4). Saatavissa: <https://www.mdpi.com/2071-1050/15/4/3540> [viitattu 31.5.2023].

Diffey, J., Wright, S., Uchendu, J., Masithi, S., Olude, A., Juma, D., Anya, L., Salami, T., Mogathala, P., Agarwal, H., Roh, H., Aboy, K., Cote, J., Saini, A., Mitchell, K., Kelczka, J., Lobner, N., Lalamov, L., Borbely, M., Hostetler, T., Woos, A., Rodriguez-Uruchurtu, A & Lawrence, E. 2022. "Not about us without us" – the feelings and hopes of climate-concerned young people around the world. Taylor & Francis Online. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://www.tandfon-line.com/doi/epdf/10.1080/09540261.2022.2126297?needAccess=true&role=button> [viitattu 19.5.2023].

Galway, L. & Field, E. 2022. Climate emotions and anxiety among young people in Canada: A national survey and call to action. The Journal of Climate Change and Health. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://www-sciencedirect-com.ezproxy.xamk.fi/science/article/pii/S2667278223000032> [viitattu 8.6.2023].

Gunasiri, H., Wang, Y., Watkins, E., Capetola, T., Henderson-Wilson, C. & Patrick, R. 2022. Hope, Coping and Eco-Anxiety: Young People's Mental Health in a Climate-Impacted Australia. International Journal of Environmental Research and Public Health 9, 5528. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9105994/> [viitattu 8.6.2023].

Hickman, C., Marks, E., Pihkala, P., Clayton, S., Lewandowski, E., E Mayall, E., Wray, B., Mellor, C & Van Sustern, L. 2021. Climate anxiety in children and

young people and their beliefs about government responses to climate change: a global survey. *Lancet Planet Health* 5: e863-73. Verkkolehti. Saatavissa: <https://reader.elsevier.com/reader/sd/pii/S2542519621002783?to-ken=890EEF49561480F1813DD743DAC620782765BDF380DEAB5443C6B9FE6EC1D07CE0753302428552816D79211FFEC3527D&originRegion=eu-west-1&originCreation=20230310113912> [viitattu 6.3.2023].

Jie Lie, M. & Monroe, M. 2017. Exploring the essential psychological factors in fostering hope concerning climate change. *Environmental Education Research*. WWW-dokumentti. Saatavissa: https://www.researchgate.net/publication/319229869_Exploring_the_essential_psychological_factors_in_fostering_hope_concerning_climate_change [viitattu 3.7.2023].

Kelly, R., Elsler, L. Polejack, A., Van der Linden, S., Tönnesson, K., Schoedinger, S., Santoro, F., Pecl, G., Palmgren, M., Mariani, P., Glithero, D., Evans, K., Cvitanovic, C., Cook, J., Bartram, J & Wisz, M. 2022. Empowering young people with climate and ocean science: five strategies for adults to consider. *One Earth*. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2590332222003748> [viitattu 26.5.2023].

Kiillakoski, T. 2021. Kestävää tekoa. Valtion nuorisoneuvoston julkaisuja. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://tietoanuorista.fi/wp-content/uploads/2022/03/nuorisobarometri-2021-web.pdf> [viitattu 26.5.2023].

Léger-Goodes, T., Malboeuf-Hurtubise, C., Hurtubise, K., Simons, K., Boucher, A., Paradis, P., Herba, C., Camden, C. & Génereux. 2023. How children make sense of climate change: A descriptive qualitative study of eco-anxiety in parent-child dyads. *Plos one*. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://web-s-ebscohost-com.ezproxy.xamk.fi/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=5&sid=177edde8-5224-4c97-a8b8-0d432883a568%40redis> [viitattu 8.6. 2023].

Léger-Goodes, T., Malboeuf-Hurtubise, C., Mastine, T., Génereux, M., Paradis, P. & Camden, C. 2022. Eco-anxiety in children: a scoping review of the mental health impacts of the awareness of climate change. *Frontiers in Psychology*. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9359205/pdf/fpsyg-13-872544.pdf> [viitattu 8.6.2023].

Nuorten ahdistus ja ahdistuneisuushäiriöt. 2022. Terveystieteiden tutkimuskeskus. WWW-dokumentti. Päivitetty 3.3.2022. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/mielenterveys/mielenterveyshairiot/nuorten-mielenterveyshairiot/nuorten-ahdistus-ja-ahdistuneisuushairiot> [viitattu 2.5.2022].

Nuoret, media ja ilmastonmuutos -tutkimus. 2020. Sanomalehtiviikko. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://www.uutismediat.fi/wp-content/uploads/2020/01/Nuoret-media-ja-ilmastonmuutos-keskeiset-tulokset.pdf> [viitattu 3.7.2023].

Parry, S. McCarthy, S & Clark, J. 2022. Young people engagement with climate change issues through digital media- a content analysis. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://acamh.onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1111/camh.12532> [viitattu 17.5.2023].

Pekkarinen, E. & Tuukkanen, T. 2020. Maapallon tulevaisuus ja lapsen oikeudet. Lapsivaltuutetun toimiston julkaisuja 2020:4. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162990/Maapallon%20tulevaisuus_lapsen%20oikeudet.pdf?sequence=4&isAllowed=y [viitattu 16.6.2023].

Pihkala, P., Sangervo, J. & Jylhä, K M. 2022. Nuorten ilmastoahdistus ja ympäristötunteet. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/342972/Pihkala_Sangervo_Jylh_Nuorten_ilmastotunteet_final_authors_version.pdf?sequence=1 [viitattu 8.3.2023].

Pihkala, P. 2020. Anxiety and the Ecological Crisis: An analysis of Eco-Anxiety and Climate Anxiety. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://www.researchgate.net/publication/344363346_Anxiety_and_the_Ecological_Crisis_An_Analysis_of_Eco-Anxiety_and_Climate_Anxiety [viitattu 16.5.2023].

Pihkala, P., Cantell, H., Jylhä, K., Lyytimäki, J., Paloniemi, R., Pulkka, A & Ratinen, I. 2020. Ahdistuksen vai innostuksen ilmasto? Ilmastoviestinnän ja -kasvatuksen keinoja ilmastoahdistuksesta selviytymiseen. Helsingin yliopisto. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/320811/Ilmastoviestint_.pdf?sequence=1 [viitattu 26.5.2023].

Pihkala, P. 2019. Ilmastoahdistus ja sen kanssa eläminen. Suomen Mielenterveys ry. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://mieli.fi/wp-content/uploads/2021/08/ilmastoahdistusraportti-mieli2019-web.pdf> [viitattu 8.3.2023].

Pihkala, P. 2018. Eco-anxiety, tragedy, and hope: psychological and spiritual dimensions of climate change. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/314873/2018_Pihkala_Eco_anxiety_Zygon_Final_Draft.pdf?sequence=1&isAllowed=y [viitattu 17.5.2023].

Plautz, J. 2020. The environmental burden of generation Z. The Washington Post Magazine. Verkkolehti. Saatavissa: <https://www.washingtonpost.com/magazine/2020/02/03/eco-anxiety-is-overwhelming-kids-wheres-line-between-education-alarmism/> [viitattu 3.7.2023].

Ratinen, I. & Uusiautti, S. 2020. Finnish Students' Knowledge of Climate Change Mitigation and Its Connection to Hope. Educational Psychology for Sustainable Development. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.mdpi.com/2071-1050/12/6/2181> [viitattu 3.7.2023].

Rovasalo, A. & Eerola, H. 2023. Ahdistus ja ahdistuneisuus. Lääkärikirja Duodecim. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk00188> [viitattu 8.3.2023].

Sanson, V., Burke, S. & Van Hoorn, J. 2018. Climate Change: Implications for Parents and Parenting. Taylor & Francis group. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://www.tandfon-line.com/doi/pdf/10.1080/15295192.2018.1465307?casa_token=WN5tl2qjGP4AAAAA:OPU2FKC7gsUH0ShnqveyFk-ZJXT4iCXJwNfmbRbS9XHdL1prU-EdQv5--PACxEszCOUX_PvB0CDWVbexApQ [Viitattu 3.7.2023].

Salminen, A. 2011. Mikä kirjallisuuskatsaus? Vaasan yliopiston julkaisu. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://osuva.uwasa.fi/bitstream/handle/10024/7961/isbn_978-952-476-349-3.pdf?sequence=1&isAllowed=y [viitattu 8.3.2023].

Stt. 2023. Viime viikkojen helleaallot eivät olisi mahdollisia ilman ilmastonmuutosta, kertovat tutkijat. 25.7.2023. Yle uutiset. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://yle.fi/a/74-20042364> [viitattu 25.7.2023].

Pelastakaa lapset ry. 2019. Turvallinen, ympäristöystävällinen ja tasa-arvoinen – lasten näkemyksiä tulevaisuuden Suomesta. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://pelastakaalapset.s3.eu-west-1.amazonaws.com/main/2019/08/20160552/Lapsen_Aani_2019_Tulevaisuuden_Suomi.pdf [viitattu 25.5.2023].

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki:Tammi. [viitattu 25.5.2023].

Valkola, M. 2021. Ilmastoahdistus syyt ja selviytymisstrategiat. Helsingin yliopisto. Valtiotieteellinen tiedekunta. Pro gradu-tutkielma. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://helda.helsinki.fi/items/7ae5f686-8e1e-4e0b-8c3c-490d5456cec7> [viitattu 5.5.2023].

Vilka, H. 2020. Akateemisen lukemisen ja kirjoittamisen opas. Keuruu: Otava.

Vilka, H. 2023. Kirjallisuuskatsaus metodina, opinnäytetyön osana ja tekstilajina. Helsinki: Art House.