



# ΕΚΘΕΣΗ ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΗ ΜΕΛΕΤΗ ECOREACTEU ΓΙΑ ΤΟ ΟΙΚΟΛΟΓΙΚΟ ΑΓΧΟΣ ΤΩΝ ΝΕΩΝ

Η υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής για την παραγωγή της παρούσας δημοσίευσης δεν συνιστά έγκριση του περιεχομένου, το οποίο αντικατοπτρίζει μόνο τις απόψεις των συγγραφέων, και η Επιτροπή δεν μπορεί να θεωρηθεί υπεύθυνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

Uchendu, J.O, Goetheer, C.D.J. & van den Broek, K.L. (2024), Έκθεση σχετικά με τη μελέτη EcoreactEU για το οικολογικό άγχος των νέων.



Co-funded by  
the European Union

# Περιεχόμενα

Ιστορικό	3
Εταίροι του έργου	5
Βασικές πληροφορίες	6
Μέρος 1: Βιβλιογραφική ανασκόπηση	
1.1 Εισαγωγή	7
1.2 Επικρατούντα συναισθήματα κατά το οικολογικό άγχος των νέων	8
1.3 Αιτίες του οικολογικού άγχους στους νέους	9
1.4 Μηχανισμοί αντιμετώπισης του οικολογικού άγχους	9
1.5 Η αντίληψη και ο ρόλος των εργαζομένων στον τομέα της νεολαίας ως προς την υποστήριξη του οικολογικού άγχους των νέων	10
	11
Μέρος 2: Σύνοψη της μελέτης	
2.1 Μεθοδολογία	12
2.2 Ευρήματα και Συζήτηση	12
	15
Κύριες προτάσεις	28
Συμπεράσματα	31
Βιβλιογραφία	32
Παραρτήματα	36

# Υπόβαθρο

Οι επιπτώσεις των περιβαλλοντικών προβλημάτων στην ανθρώπινη ευημερία κερδίζουν όλο και περισσότερο έδαφος. Καθώς οι αναφορές για αυξημένα, παγκόσμια περιβαλλοντικά προβλήματα έχουν αυξηθεί, οι πολλαπλοί παράγοντες πίεσης για την ανθρώπινη υγεία, την παγκόσμια μετανάστευση και την οικονομία έχουν ενταθεί. Ως αποτέλεσμα, οι δεσμοί μεταξύ της ψυχικής ευεξίας και του περιβάλλοντος έχουν γίνει το πρώτο θέμα. Οι επιπτώσεις των περιβαλλοντικών προβλημάτων στην ψυχική υγεία εκδηλώνονται με διάφορες μορφές, ένα πιο συνηθισμένο φαινόμενο στα παιδιά και τους νέους ονομάζεται "οικολογικό άγχος". τόσο στα μέσα ενημέρωσης όσο και στην επιστημονική έρευνα. Το οικολογικό άγχος νοείται ως μια σειρά συναισθημάτων που βιώνονται σε σχέση με επαναλαμβανόμενα περιβαλλοντικά προβλήματα. Ορισμένα από τα συναισθήματα περιλαμβάνουν, μεταξύ άλλων, το άγχος, τη θλίψη, την ενοχή, τη μοναξιά, την απελπισία κ.λπ. Λαμβάνοντας υπόψη αυτό το αίτημα για την κατανόηση και την ανάπτυξη λύσεων για την υποστήριξη των ατόμων των οποίων η ψυχική υγεία επηρεάζεται από τα περιβαλλοντικά προβλήματα, σχεδιάστηκε το έργο EcoReactEU. Με χρηματοδότηση από το πρόγραμμα Erasmus+ της Ευρωπαϊκής Ένωσης, δημιουργήθηκε μια διεπιστημονική κοινοπραξία στο πλαίσιο του έργου για την ανάπτυξη εργαλείων που θα υποστηρίξουν τους νέους που αντιμετωπίζουν το οικολογικό άγχος στην Ευρώπη, ώστε να διαχειριστούν την ευημερία τους και να ανταπεξέλθουν αποτελεσματικά. Το έργο EcoReactEU έχει επίσης μια μοναδική εστίαση στη διερεύνηση της υποστήριξης του οικολογικού άγχους των νέων, η οποία μπορεί επίσης να εφαρμοστεί από τους εργαζόμενους στον τομέα της νεολαίας που έρχονται σε επαφή με τους νέους.

Το έργο EcoReactEU αποσκοπεί στην αντιμετώπιση του οικολογικού άγχους των νέων στην Ευρώπη μέσω της εκπαίδευσης και της δράσης. Το έργο επιδιώκει επίσης να βελτιώσει τη συλλογική μας

κατανόηση του οικολογικού άγχους που βιώνουν οι νέοι με βάση μια ερευνητική μελέτη που διεξήχθη. Οι γνώσεις από τη μελέτη θα τροφοδοτήσουν τα αποτελέσματα του έργου, τα οποία περιλαμβάνουν την ανάπτυξη μιας ευρωπαϊκής πλατφόρμας πόρων για την ενσωμάτωση του οικολογικού άγχους σε έργα και πολιτικές για τη νεολαία. Μέσω του έργου, θα διαδώσουμε και θα εκλαϊκεύσουμε τη γνώση σχετικά με το οικολογικό άγχος, καθώς και θα παρέχουμε εκπαιδευτικά εργαλεία για τους εργαζόμενους στον τομέα της νεολαίας και την εκπαιδευτική κοινότητα στο σύνολό της.

Το Πανεπιστήμιο της Ουτρέχτης, η Ligue de l'enseignement, η ARCI και η Ekogreece διεξήγαγαν μελέτη στο πλαίσιο του έργου EcoReactEU για να διερευνήσουν τον αντίκτυπο των περιβαλλοντικών προβλημάτων, όπως η κλιματική αλλαγή, η απώλεια της βιοποικιλότητας, η ρύπανση κ.λπ., στην ψυχολογική ευημερία των νέων που ζουν σε 4 χώρες της Ευρώπης, δηλαδή στη Γαλλία, την Ελλάδα, την Ιταλία και την Ολλανδία. Οι απαντήσεις που ελήφθησαν από Ολλανδία, ωστόσο, ήταν συγκριτικά χαμηλότερες σε σχέση με αυτές από τις άλλες χώρες και ως εκ τούτου, αφαιρέθηκαν κατά τη φάση ανάλυσης της μελέτης. Ο στόχος της μελέτης ήταν να καλλιεργήσει μια βαθύτερη κατανόηση σχετικά με το οικολογικό άγχος στους νέους και να αναπτύξει γνώσεις που μπορούν να χρησιμοποιηθούν από τους λειτουργούς της νεολαίας

Η μελέτη αυτή διεξήχθη σε νέους ηλικίας 16 έως 25 ετών που ζουν στις συγκεκριμένες χώρες μέσω μιας έρευνας που συνέλεξε απαντήσεις σχετικά με τα συναισθήματα, τα επίπεδα, τις αιτίες και τις στρατηγικές αντιμετώπισης της εμπειρίας τους όσον αφορά το οικολογικό άγχος. Η μελέτη επικεντρώθηκε στην απόκτηση βαθύτερης κατανόησης του οικολογικού άγχους στους νέους και στην αναζήτηση πιθανών διορθωτικών μέτρων που μπορούν να υιοθετηθούν μέσα σε

παιδαγωγικά περιβάλλοντα με τη συμμετοχή και των επαγγελματιών στον τομέα της νεολαίας. Αυτό έγινε για να κατανοηθεί η δική τους εμπειρία του οικολογικού άγχους, καθώς και ο βαθμός στον οποίο θα μπορούσαν να προβλέψουν με ακρίβεια τα συναισθήματα, τα επίπεδα, τις αιτίες και τους μηχανισμούς αντιμετώπισης του οικολογικού άγχους στους νέους.

Η παρούσα έκθεση χωρίζεται σε δύο κύρια μέρη. Το πρώτο μέρος περιλαμβάνει μια βιβλιογραφική ανασκόπηση που διερευνά την υπάρχουσα βιβλιογραφία σχετικά με το οικολογικό άγχος των νέων και επισημαίνει τα κενά που η μελέτη μας είχε ως στόχο να καλύψει. Το δεύτερο μέρος περιλαμβάνει μια λεπτομερή περίληψη της μελέτης, συμπεριλαμβανομένων των μεθόδων, των αποτελεσμάτων, μιας σύντομης ενότητας συζήτησης και των βασικών συστάσεων της μελέτης.



# Εταίροι του έργου



## La Ligue de l'enseignement

Η La Ligue de l'enseignement (Γαλλία), που ιδρύθηκε το 1866, είναι μια ΜΚΟ που έχει ως στόχο να εγγυηθεί την πρόσβαση στην εκπαίδευση για όλους, ανεξαρτήτως ηλικίας, κοινωνικής και εθνικής προέλευσης. Προωθεί περαιτέρω μια κοσμική κοινωνία, την αλληλεγγύη μεταξύ των πολιτών και την ενεργό συμμετοχή των πολιτών. Η Ligue de l'enseignement συγκεντρώνει πάνω από 20.000 ενώσεις σε 102 νομαρχιακές και 13 περιφερειακές ομοσπονδίες με κοινό στόχο την εκπαίδευση υπεύθυνων πολιτών που θα εκπληρώνουν τα καθήκοντά τους, θα κάνουν πλήρη χρήση των δικαιωμάτων τους και θα είναι ενεργοί στην κοινωνία ενισχύοντας τον δημοκρατικό, ανθρωπιστικό και κοινωνικό χαρακτήρα της.



## Eko Greece

Ο Όμιλος για την Επιχειρηματικότητα και την Κοινωνική Οικονομία (ΕΚΟ) είναι ένας μη κερδοσκοπικός οργανισμός με έδρα την Αθήνα, ο οποίος δραστηριοποιείται σε τοπικό και ευρωπαϊκό επίπεδο, με κύρια ομάδα-στόχο τη νεολαία. Πρωταρχική αποστολή του είναι να συμβάλει στη δημιουργία μιας κοινωνίας χωρίς αποκλεισμούς, χωρίς προκαταλήψεις και διακρίσεις, η οποία θα είναι σε θέση να αναπτυχθεί και να ενισχυθεί με βιώσιμο τρόπο.



## Arci Aps

Η Arci Aps ιδρύθηκε το 1957 και είναι παρούσα σε όλη την ιταλική επικράτεια, με σχεδόν 1.000.000 μέλη και περισσότερους από 4.000 συλλόγους. Η ARCI ασχολείται με δράσεις κοινωνικής παρέμβασης, με στόχο την ενίσχυση της συμμετοχής των πολιτών και την προώθηση των δικαιωμάτων των πιο ευάλωτων/ περιθωριοποιημένων ομάδων πολιτών.



## Πανεπιστήμιο της Ουτρέχτης

Το Πανεπιστήμιο της Ουτρέχτης είναι ένα ακαδημαϊκό ίδρυμα που εδρεύει στην Ουτρέχτη των Κάτω Χωρών με στόχο τη δημιουργία ενός καλύτερου κόσμου μέσω της έρευνας σε πολύπλοκα ζητήματα που ξεπερνούν τα όρια των επιστημονικών κλάδων. Το Ινστιτούτο Copernicus για τη Βιώσιμη Ανάπτυξη συνέβαλε στο έργο EcoReactEU με βάση την **ευθυγραμμισμένη αποστολή** του να συνδέει την έρευνα με την κοινωνική αποστολή μέσω παγκόσμιων συμπράξεων.

# Βασικές πληροφορίες

- Η κλιματική αλλαγή είναι το νούμερο #1 περιβαλλοντικό πρόβλημα που προκαλεί ανησυχία στους νέους και οι εργαζόμενοι στον τομέα της νεολαίας το γνωρίζουν αυτό.
- Η κυβερνητική αδράνεια στα περιβαλλοντικά προβλήματα αποτελεί κύρια αιτία του οικολογικού άγχους των νέων.
- Οι εργαζόμενοι στον τομέα της νεολαίας αναφέρουν υψηλότερα επίπεδα οικολογικού άγχους σε σύγκριση με τους νέους.
- Οι εργαζόμενοι στον τομέα της νεολαίας μπορούν να εκτιμήσουν με ακρίβεια τα συναισθήματα οικολογικού άγχους στους νέους.
- Οι νέοι χρησιμοποιούν έναν συνδυασμό εστιασμένης στο νόημα και εστιασμένης στο πρόβλημα αντιμετώπισης στην καθημερινή τους ζωή. Οι εργαζόμενοι στον τομέα της νεολαίας γνωρίζουν το γεγονός αυτό.
- Τόσο οι εργαζόμενοι στον τομέα της νεολαίας όσο και οι νέοι θα ήθελαν να έχουν περισσότερη κατάρτιση σχετικά με το οικολογικό άγχος.

# Μέρος 1: Βιβλιογραφική ανασκόπηση

Αυτό το τμήμα της έκθεσης αναπτύχθηκε για να διερευνήσει τις καθιερωμένες γνώσεις σχετικά με το οικολογικό άγχος των νέων από προηγούμενες μελέτες. Σκοπεύουμε να παράσχουμε ουσιαστικές πληροφορίες σχετικά με τα επικρατούντα συναισθήματα στο οικολογικό άγχος καθώς και ορισμένες από τις αναγνωρισμένες αιτίες του οικολογικού άγχους στους νέους. Τέλος, συζητάμε τους μηχανισμούς αντιμετώπισης που χρησιμοποιούν οι νέοι για να διαχειριστούν το οικολογικό άγχος και τις επιπτώσεις κάθε μηχανισμού αντιμετώπισης. Αναφερόμαστε επίσης εν συντομία στους λειτουργούς νεολαίας και στις αντιλήψεις τους για το οικολογικό άγχος των νέων, καθώς και στις πολύ λίγο διερευνημένες δυνατότητες των λειτουργών νεολαίας στην υποστήριξη των νέων για την αντιμετώπιση του οικολογικού άγχους.



## 1.1 Εισαγωγή

Σε παγκόσμιο επίπεδο, τα περιβαλλοντικά προβλήματα και οι απειλές, όπως η κλιματική αλλαγή, η απώλεια της βιοποικιλότητας, η ρύπανση από πλαστικά, κ.λπ., αυξάνονται, απειλώντας την υγεία και την ψυχολογική ευημερία των νέων (Διακυβερνητική Επιτροπή για την Κλιματική Αλλαγή, 2022- UNICEF, 2021). Πρόσφατα, οι δυνητικές επιπτώσεις των περιβαλλοντικών προβλημάτων στην ανθρώπινη ψυχική υγεία έχουν κερδίσει την προσοχή. Οι επιπτώσεις αυτές προκύπτουν τόσο από την άμεση όσο και από την έμμεση έκθεση στα προβλήματα (Clayton, 2020). Οι συναισθηματικές αντιδράσεις, όπως το αυξημένο άγχος, η κατάθλιψη, ο φόβος κ.λπ. είναι γνωστές ως "οικολογικό άγχος". Αν και το οικολογικό άγχος έχει ποικίλους ορισμούς ανάλογα με τους ειδικούς, το φαινόμενο αυτό μπορεί να γίνει κατανοητό ως ένα ευρύ φάσμα συναισθημάτων που βιώνονται σε σχέση με τα περιβαλλοντικά προβλήματα ή την κατάσταση των πλανητικών οικοσυστημάτων (Pikhala, 2020)(1). Αν και το οικολογικό άγχος βιώνεται τόσο από τις μεγαλύτερες όσο και από τις νεότερες γενιές, τα παιδιά και οι νέοι είναι πιο ευάλωτοι στο οικολογικό άγχος λόγω των αναπτυσσόμενων γνωστικών λειτουργιών τους και της αυξημένης ευαισθησίας τους σε προβλήματα υγείας που σχετίζονται με το κλίμα σε περιόδους κρίσης (Wu et al., 2020). Οι νέοι, ιδίως εκείνοι που αντιμετωπίζουν ένα μέλλον που θα επηρεαστεί βαθιά από την κλιματική αλλαγή, θα χρειαστούν υποστήριξη για να αντιμετωπίσουν το οικολογικό τους άγχος.

Το οικολογικό άγχος στους νέους παρουσιάζεται ως μια σοβαρή και εξουθενωτική μορφή ανησυχίας και άγχους για το μεταβαλλόμενο και αβέβαιο φυσικό μας περιβάλλον (Gifford & Gifford, 2016). Πολλαπλές μελέτες έχουν αναδείξει τους ποικίλους τρόπους με τους οποίους το οικολογικό άγχος μπορεί να επηρεάσει την ψυχική υγεία των νέων. Αυτό περιλαμβάνει ψυχολογική δυσφορία που εκφράζεται με άγχος, κατάθλιψη και απώλεια συναισθηματικού ελέγχου (Searle & Gow, 2010- Stanley et al., 2021). Συναφώς, συμπτώματα άγχους, παθολογική ανησυχία, αϋπνία, διαταραχή μετατραυματικού στρες και αρνητικές λειτουργικές επιπτώσεις

έχουν επίσης παρατηρηθεί σε άλλες μελέτες οικολογικού άγχους (Ogunbode et al., 2021- Verplanken et al., 2020- Hickman et al., 2021- Sciberras & Fernando, 2022). Ορισμένες άλλες μελέτες ανέφεραν επίσης ότι νέοι που βιώνουν οικολογικό άγχος εμφανίζουν δυσκολία στον ύπνο καθώς και αδυναμία να απολαύσουν κοινωνικές συναθροίσεις με φίλους και οικογένεια (Hogg et al., 2021- Ogunbode et al., 2021). Το οικολογικό άγχος έχει επίσης βρεθεί ότι επηρεάζει τις αναπαραγωγικές ανησυχίες των νέων, με αποτέλεσμα την απόφασή τους να μην κάνουν παιδιά. Φοβούνται ότι τα παιδιά τους θα βιώσουν μεγαλύτερες κλιματικές επιπτώσεις στο μέλλον, ενώ παράλληλα θα συμβάλλουν στην κλιματική αλλαγή μέσω του αυξημένου αποτυπώματος άνθρακα (Hickman et al., 2021). Από την άλλη πλευρά, το οικολογικό άγχος έχει επίσης βρεθεί ότι σχετίζεται με ορισμένες θετικές, φιλικές, προς το περιβάλλον, συμπεριφορές, όπως ο ακτιβισμός για το κλίμα, ο οποίος συμβάλλει στην απορρόφηση ορισμένων από τις προαναφερθείσες αρνητικές επιπτώσεις. Παρόλο που τα συναισθήματα αυτά είναι ανησυχητικά, το οικολογικό άγχος εξακολουθεί να θεωρείται ορθολογική αντίδραση σε μια παγκόσμια κρίση και, ως εκ τούτου, δεν θεωρείται ψυχική ασθένεια (Clayton & Karazsia, 2020- Crandon et al., 2022).

Πολλοί νέοι στην Ευρώπη βιώνουν οικολογικό άγχος. Το 45% των νέων στην Ευρώπη, ηλικίας 16-25 ετών, ανέφεραν ότι το οικολογικό άγχος επηρεάζει σημαντικά την καθημερινή τους ζωή μέσω του άγχους και της στεναχώριας (The European House - Ambrosetti, 2023). Μια παγκόσμια έρευνα για το οικολογικό άγχος που διεξήχθη σε 10.000 νέους, ηλικίας 16-25 ετών, που ζούσαν σε 10 χώρες, μεταξύ των οποίων η Φινλανδία, το Ηνωμένο Βασίλειο, η Γαλλία και η Πορτογαλία, έδειξε ότι ανησυχούσαν είτε πολύ είτε εξαιρετικά για την κλιματική αλλαγή σε βαθμό που να επηρεάζει τη λειτουργία τους (Ηνωμένο Βασίλειο = 49%, Πορτογαλία 65%, Γαλλία 58%, Φινλανδία 44%) (Hickman et al., 2021). Μια άλλη πρόσφατη μελέτη σχετικά με τα επίπεδα οικολογικού άγχους στην Ιταλία αποκάλυψε ότι οι νέοι, σε σύγκριση με τους ενήλικες, είχαν υψηλότερα επίπεδα άγχους για τον προσωπικό τους αντίκτυπο στο περιβάλλον.

1 Άλλοι όροι όπως το άγχος για το κλίμα ή την κλιματική αλλαγή, τα κλιματικά συναισθήματα και η κλιματική αγωνία χρησιμοποιούνται επίσης ευρέως στη βιβλιογραφία για τα περιβαλλοντικά συναισθήματα- συνήθως αναφέρονται σε συναισθήματα που σχετίζονται άμεσα με την κλιματική κρίση και μόνο και όχι με ευρύτερα περιβαλλοντικά προβλήματα.



((Rocchi et al., 2023). Μια άλλη διακρατική μελέτη στην οποία συμμετείχαν Έλληνες και Ολλανδοί νέοι ανέδειξε το ρόλο των αναφορών στα μέσα ενημέρωσης για την κλιματική αλλαγή στην ευημερία τους- προκαλώντας έντονες συναισθηματικές αντιδράσεις, όπως θυμό, φόβο και άγχος από την ανθρωπίνη αδράνεια απέναντι στο πρόβλημα (Parry et al., 2022). Ενώ η τρέχουσα βιβλιογραφία δείχνει σημαντικά επίπεδα οικολογικού άγχους στη βορειοδυτική Ευρώπη, δεν είναι ακόμη σαφές ποια είναι τα επίπεδα οικολογικού άγχους μεταξύ των νέων στη μεσογειακή Ευρώπη, παρά το γεγονός ότι βιώνουν μεγαλύτερες επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής σε σύγκριση με άλλα μέρη της Ευρώπης (Διακυβερνητική Επιτροπή για την Κλιματική Αλλαγή, 2022- Pietrapertosa et al., 2019).

Η κατανόηση του οικολογικού άγχους των νέων είναι ζωτικής σημασίας για την υποστήριξη της ευημερίας τους και την προώθηση της ικανότητάς τους για φιλικές προς το περιβάλλον συμπεριφορές. Η κατανόηση αυτή όχι μόνο συνεισφέρει στοιχεία για την ενίσχυση των περιβαλλοντικών πολιτικών σχετικά με την ευημερία των νέων, αλλά και ενδυναμώνει τους γονείς και τους εκπαιδευτικούς που αναζητούν καθοδήγηση για την αντιμετώπιση του οικολογικού άγχους στους νέους με πολύτιμες γνώσεις και βέλτιστες πρακτικές (Verlie et al., 2020). Η μελέτη μας έχει ως στόχο να ενισχύσει την κατανόηση του οικολογικού άγχους μεταξύ νέων ατόμων, ηλικίας 16-25 ετών, που κατοικούν στη Γαλλία, την Ελλάδα και την Ιταλία (2), δεδομένου ότι οι περιοχές αυτές εξακολουθούν να υποεκπροσωπούνται στη βιβλιογραφία, ως προς το οικολογικό άγχος. Επιπλέον, λαμβάνουμε υπόψη τις προοπτικές των επαγγελματιών στον τομέα της νεολαίας, αναγνωρίζοντας τον πιθανό ρόλο τους στην παροχή καθοδήγησης για την αντιμετώπιση του οικολογικού άγχους. Η μελέτη διερευνά την ακρίβεια των εκτιμήσεων των επαγγελματιών στον τομέα της νεολαίας σχετικά με τα συναισθήματα, τα επίπεδα, τις αιτίες και τους μηχανισμούς αντιμετώπισης που σχετίζονται με το οικολογικό άγχος στους νέους. Επιπλέον, συλλέγει ανατροφοδότηση σχετικά με τις γνώσεις των επαγγελματιών στον τομέα της νεολαίας για το οικολογικό άγχος και εντοπίζει τους τομείς στους οποίους απαιτείται υποστήριξη. Οι επόμενες ενότητες της παρούσας έκθεσης θα εμβαθύνουν στα βασικά ευρήματα και τις συστάσεις που απορρέουν από αυτή τη μελέτη.

## **1.2 Επικρατούντα συναισθήματα που βιώνει η νεολαία κατά το οικολογικό άγχος**

Το οικολογικό άγχος θεωρείται ως ένα φάσμα πολλαπλών συναισθημάτων που συχνά αλλάζουν από το ένα στο άλλο στη νεολαία (Li & Monroe, 2019). Τα κυρίαρχα συναισθήματα που βιώνουν οι νέοι περιλαμβάνουν θυμό, θλίψη, φόβο, ανησυχία, άγχος, αδυναμία, απογοήτευση, ενοχή, ντροπή, μοναξιά και ελπίδα (Searle & Gow, 2010- Pikhala, 2022). Ωστόσο, τα παραπάνω συναισθήματα δεν εξαντλούνται, καθώς το οικολογικό άγχος εξακολουθεί να είναι ένα αναδυόμενο θέμα. Η διερεύνηση αυτών των συναισθημάτων μπορεί να μας βοηθήσει να προσδιορίσουμε τα επίπεδα του οικολογικού άγχους στους νέους και το βαθμό στον οποίο επηρεάζουν αρνητικά την ικανότητά τους να ευημερούν και να ζουν φυσιολογικά. Πολλοί νέοι που έχουν οικολογικό άγχος έχουν απαισιόδοξες απόψεις για το μέλλον (Hickman et al., 2021). Αυτές οι πεποιθήσεις πηγάζουν από την αντίληψή τους για την αποτυχία της ανθρωπότητας να προστατεύσει τον πλανήτη και να διαφυλάξει το μέλλον τους, ερμηνεύεται επίσης ως αίσθημα μείωσης των ευκαιριών τους σε σύγκριση με αυτές της παλαιότερης γενιάς. Από την άλλη πλευρά, η έρευνα δείχνει, επιπλέον, ότι το φάσμα του οικολογικού άγχους περιλαμβάνει, επιπρόσθετα, εμπειρίες θετικών συναισθημάτων, όπως έμπνευση, ευγνωμοσύνη, ενσυναίσθηση, ενδυνάμωση και ελπίδα (Pikhala, 2022- Clayton, 2020). Ωστόσο, απαιτείται περισσότερη έρευνα για να κατανοηθούν πλήρως αυτές οι θετικές εκδηλώσεις του οικολογικού άγχους στους νέους.

## **1.3 Αιτίες του οικολογικού άγχους στη νεολαία**

Το οικολογικό άγχος μπορεί να προκληθεί τόσο από άμεσα όσο και από έμμεσα βιώματα περιβαλλοντικών προβλημάτων. Τα άμεσα βιώματα περιλαμβάνουν την έκθεση σε επιπτώσεις που σχετίζονται με το κλίμα- πλημμύρες, τυφώνες, πυρκαγιές κ.λπ. (Ma et al., 2020). Τα έμμεσα βιώματα περιλαμβάνουν την επίγνωση των περιβαλλοντικών προβλημάτων και

2 Αρχικά συμπεριλάβαμε την Ολλανδία ως μέρος αυτής της μελέτης, ωστόσο, λόγω του χαμηλού αριθμού των απαντήσεων στην έρευνα, αφαιρέθηκε και εξετάστηκαν και αναλύθηκαν μόνο οι τρεις χώρες.

των απειλών μέσω των ρεπορτάζ στα μέσα ενημέρωσης, την παρατήρηση των αλλαγών στο τοπικό περιβάλλον του ατόμου και των εμπειριών, από γνωστά άτομα, του ατόμου. Οι Hickman κ.ά. (2021) έχουν επίσης αναφέρει ότι οι νέοι μπορεί να βιώσουν οικολογικό άγχος λόγω της αντιλαμβανόμενης αδράνειας της κυβέρνησης απέναντι σε περιβαλλοντικά προβλήματα, όπως η κλιματική αλλαγή. Σχετικά, ορισμένες μελέτες αναδεικνύουν τις αναμενόμενες μελλοντικές περιβαλλοντικές επιπτώσεις (Cunsolo & Ellis, 2018), την προσωπική ενοχή λόγω του δυτικού τρόπου ζωής τους (Hickman, 2020) και την παρατήρηση της αδράνειας εντός της κοινότητας ως κοινές αιτίες οικολογικού άγχους. Ενώ οι υπάρχουσες μελέτες έχουν επικεντρωθεί περισσότερο στη σχέση μεταξύ του κλιματικού άγχους και της ψυχικής υγείας των νέων, ακόμα είναι λιγότερο γνωστά σχετικά με το οικολογικό άγχος και την ψυχική υγεία των νέων, ιδίως σε όσους έχουν προϋπάρχοντα προβλήματα ψυχικής υγείας. Στις περιοχές που επηρεάζονται από το κλίμα, τα συναισθήματα των νέων πυροδοτούνται επίσης από το ενδεχόμενο τα περιβαλλοντικά προβλήματα να αυξήσουν τις εντάσεις στην κοινότητα, οι οποίες μπορεί να επηρεάσουν τη λειτουργία της οικογένειας και ακόμη και την επισιτιστική ασφάλεια (Berry et al., 2018).

#### **1.4 Μηχανισμοί αντιμετώπισης του οικολογικού άγχους**

Οι νέοι αντιμετωπίζουν το οικολογικό άγχος με διάφορους τρόπους. Η υπάρχουσα βιβλιογραφία σχετικά με το οικολογικό άγχος και τη διαχείριση του στους νέους προτείνει τρεις βασικές προσεγγίσεις που χρησιμοποιούν οι νέοι και συγκεκριμένα - i) αντιμετώπιση εστιασμένη στο πρόβλημα, ii) αντιμετώπιση εστιασμένη στο συναίσθημα και iii) αντιμετώπιση εστιασμένη στο νόημα (Ojala & Bengtsson, 2018). Οι νέοι επιλέγουν την αντιμετώπιση με επίκεντρο το πρόβλημα όταν αντιμετωπίζουν άμεσα τα περιβαλλοντικά προβλήματα μέσω δράσης και ακτιβισμού- αυτό μπορεί να περιλαμβάνει φιλικές προς το περιβάλλον συμπεριφορές, αλλαγές στον τρόπο ζωής και αναζήτηση περισσότερων πληροφοριών. Ωστόσο, αυτή η προσέγγιση μπορεί να οδηγήσει σε περαιτέρω άγχος και κατάθλιψη λόγω της αίσθησης ότι δεν κάνουν αρκετά (Ojala, 2013). Όταν ακολουθείται η αντιμετώπιση με εστίαση στο συναίσθημα, τα αρνητικά συναισθήματα καταπραΰνονται μέσω της αποφυγής, της άρνησης, της αποδέσμευσης και της απόρριψης της ατομικής ευθύνης. Μέσω της αντιμετώπισης που επικεντρώνεται στο νόημα, οι νέοι αρχίζουν να αναγνωρίζουν ρεαλιστικά τις απειλές και στη συνέχεια αναζητούν

τη χρυσή τομή που να ευθυγραμμίζεται με τις πεποιθήσεις, τις αξίες και τους στόχους τους- αυτό αντανακλάται επίσης στους νέους που εμπιστεύονται κοινωνικούς φορείς ή τεχνολογικές καινοτομίες για να διορθώσουν το πρόβλημα (Stanisławski, 2019). Για παράδειγμα, ένας νέος μπορεί να επιλέξει να μην αρνείται την εμφάνιση της κλιματικής αλλαγής, ενεργοποιώντας παράλληλα θετικά συναισθήματα που μπορούν να βοηθήσουν να αντέξει την ανησυχία που νιώθει εξαιτίας της συνειδητοποίησής του για την κλιματική αλλαγή. Αυτή η προσέγγιση τους βοηθά να διατηρήσουν τη θετική ευημερία και τη δέσμευση. Μια άλλη μελέτη που διερεύνησε την αντιμετώπιση του οικολογικού άγχους διαπίστωσε ότι οι νέοι χρησιμοποιούν έναν συνδυασμό των παραπάνω στρατηγικών αντιμετώπισης- ιδιαίτερα έναν συνδυασμό προσεγγίσεων που επικεντρώνονται στο πρόβλημα και στο συναίσθημα (Valle, 2023). Μια άλλη έρευνα που διεξήχθη μεταξύ παιδιών, εφήβων και νεαρών ενηλίκων στη Σουηδία έδειξε ότι η αντιμετώπιση με επίκεντρο το νόημα χρησιμοποιήθηκε λιγότερο και στις τρεις ομάδες, ενώ οι νεαροί ενήλικες και οι έφηβοι βρέθηκαν να χρησιμοποιούν περισσότερο στρατηγικές αντιμετώπισης με επίκεντρο το πρόβλημα (Ojala, 2012b).

Η χρήση της προσέγγισης της αντιμετώπισης με επίκεντρο το νόημα στους νέους έχει βρεθεί ότι συσχετίζεται με καλύτερη ευημερία, ενεργητικότητα και αίσθηση σκοπού (Ojala, 2012a). Οι νέοι που υιοθετούν αυτή την προσέγγιση μπορούν να συνεχίσουν να συμμετέχουν σε περιβαλλοντικές δράσεις παρά τη σοβαρότητα των προβλημάτων (Ojala, 2012b). Εκτός από αυτές τις τρεις προσεγγίσεις αντιμετώπισης, άλλες δραστηριότητες, όπως η αποφυγή των ειδήσεων, η αποδοχή των αγχωτικών συναισθημάτων και η προτεραιότητα στην αυτοφροντίδα και την ξεκούραση, είναι επίσης απαραίτητοι και ωφέλιμοι τρόποι διαχείρισης του οικολογικού άγχους (Baudon & Jachens, 2021). Αυτές οι προσεγγίσεις συναντώνται σε νέους των οποίων το οικολογικό άγχος έχει επικυρωθεί και γίνει κατανοητό από την οικογένεια και τους φίλους (ό.π.). Όταν οι νέοι αισθάνονται ότι τους ακούνε, αναπτύσσουν μια αίσθηση δράσης και ψυχολογικής ανθεκτικότητας για να αντιμετωπίσουν καλύτερα τα αρνητικά συναισθήματα (Sanson & Dubicka, 2022). Ένας μηχανισμός αντιμετώπισης που συχνά παραβλέπεται στις μελέτες για το οικολογικό άγχος είναι η κοινωνική και συναισθηματική υποστήριξη που μπορούν να παρέχουν οι εργαζόμενοι στον τομέα της νεολαίας στους νέους. Οι εργαζόμενοι σε θέματα νεολαίας είναι σε θέση να αντιμετωπίσουν το οικολογικό άγχος των νέων, αλλά δεν είναι ακόμη σαφές ποιοι μηχανισμοί

αντιμετώπισης χρησιμοποιούνται συνήθως όταν εμπλέκονται και πώς μπορούν να επηρεάσουν τα επίπεδα οικολογικού άγχους στους νέους.

### **1.5 Η αντίληψη και ο ρόλος των εργαζομένων στον τομέα της νεολαίας στην υποστήριξη του οικολογικού άγχους των νέων**

Οι εργαζόμενοι στον τομέα της νεολαίας ασχολούνται τόσο τυπικά όσο και άτυπα με τους νέους στο πλαίσιο των τομέων της εκπαίδευσης, της πρόνοιας και της ψυχαγωγίας (Allred et al., 2018). Υποστηρίζουν τη συνολική προώθηση της ανάπτυξης των νέων όσον αφορά την ακαδημαϊκή επιτυχία, τη μείωση των συμπεριφορών ανάληψης κινδύνου και την ενθάρρυνση θετικών συνηθειών υγείας (Borden et al., 2011). Οι σημερινοί εργαζόμενοι στον τομέα της νεολαίας αντιμετωπίζουν την ευθύνη της υποστήριξης των νέων κατά την περιήγησή τους στις εμπειρίες του οικολογικού άγχους και των συναφών συναισθηματικών αντιδράσεων στα περιβαλλοντικά προβλήματα. Οι ερευνητές έχουν ζητήσει προγράμματα που ενισχύουν τη δράση των νέων σε μια προσπάθεια να αυξηθούν οι γνώσεις, η συλλογική αποτελεσματικότητα και η αίσθηση θετικής ενδυνάμωσης για τη δράση όσον αφορά το κλίμα, καθώς και για εντονότερες φιλικές προς το περιβάλλον συμπεριφορές (Cutter-Mackenzie & Rousell, 2018- Gallay et al., 2020- Trott, 2019). Οι υπάρχουσες μελέτες έχουν προσφέρει ορισμένες προσωρινές συστάσεις προς τους εκπαιδευτικούς και τους παιδαγωγούς για την υποστήριξη των νέων. Αυτές περιλαμβάνουν την ενσωμάτωση περιβαλλοντικών δραστηριοτήτων εκτός της τάξης, καθώς και την αναγνώριση του ρόλου της περιβαλλοντικής δικαιοσύνης για το διαφορετικό οικονομικό υπόβαθρο των μαθητών (Zummo et al., 2020- Stevenson & Peterson, 2015). Επιπλέον, οι ερευνητές ενθάρρυναν επίσης τους εκπαιδευτικούς να αναπτύξουν υλικό για το πρόγραμμα σπουδών που περιέχει ιστορίες για την κλιματική αλλαγή με γνώμονα τη λύση και ενθαρρύνουν το διάλογο με τις απόψεις και τις ιδέες των ίδιων των μαθητών (Boggs et al., 2016). Ωστόσο, αυτό που είναι λιγότερο γνωστό είναι το πόσο κατανοούν οι εργαζόμενοι στον τομέα της νεολαίας το οικολογικό άγχος των νέων. Παρά τον κρίσιμο ρόλο της συγκεκριμένης κατηγορίας επαγγελματιών ως προς την υποστήριξη των νέων με οικολογικό

άγχος, καμία έρευνα δεν έχει διερευνήσει το βαθμό στον οποίο οι εργαζόμενοι στον τομέα της νεολαίας γνωρίζουν το οικολογικό άγχος των νέων, τα επίπεδα, τις αιτίες και τους μηχανισμούς αντιμετώπισης. Αυτό είναι σημαντικό, διότι οι εργαζόμενοι στον τομέα της νεολαίας μπορούν να οικοδομήσουν μακροχρόνιες σχέσεις με τους νέους και να τους βοηθήσουν να αναπτύξουν μια αίσθηση ενεργοποίησης, η οποία αποτελεί κίνητρο για κλιματική ανθεκτικότητα και δράση.

Σε αυτό το κεφάλαιο, λειτουργικοποιήσαμε το οικολογικό άγχος στους νέους, διερευνώντας τα επικρατούντα συναισθήματα που βιώνουν, καθώς και τα αίτια και τους μηχανισμούς αντιμετώπισης που χρησιμοποιούνται για τη διαχείριση των επαναλαμβανόμενων συναισθημάτων. Βασικά βιβλιογραφικά κενά γύρω από τα συναισθήματα που σχετίζονται με το οικολογικό άγχος εμφανίζονται ιδιαίτερα στους νέους που ζουν σε χώρες όπως η Γαλλία, η Ιταλία και η Ελλάδα. Επιπλέον, οι υπάρχουσες μελέτες σχετικά με τους μηχανισμούς αντιμετώπισης δεν έχουν ακόμη επικεντρωθεί στις σχέσεις μεταξύ των επιπέδων οικολογικού άγχους στους νέους και των μορφών των μηχανισμών αντιμετώπισης που χρησιμοποιούν. Και το πιο σημαντικό, επισημαίνουμε την έλλειψη έρευνας σχετικά με τον κρίσιμο ρόλο των επαγγελματιών νεολαίας στην υποστήριξη του οικολογικού άγχους των νέων. Στις επόμενες ενότητες της παρούσας έκθεσης θα παρουσιάσουμε μια περίληψη της έρευνάς μας που διεξήχθη μεταξύ νέων ηλικίας 16-25 ετών και εργαζομένων σε θέματα νεολαίας που ζουν στη Γαλλία, την Ελλάδα και την Ιταλία. Αντιμετωπίζουμε τα παραπάνω κενά και παρέχουμε βασικές πληροφορίες σχετικά με την αντίληψη και την κατανόηση του οικολογικού άγχους των νέων από τους εργαζόμενους σε θέματα νεολαίας, καθώς και τις ανάγκες τους όσον αφορά την αντιμετώπιση του οικολογικού άγχους των νέων.

# Μέρος 2: Περίληψη της μελέτης EcoReactEU

Η παρούσα ενότητα παρέχει λεπτομερή περίληψη της μελέτης EcoReactEU. Περιλαμβάνει τις μεθόδους που χρησιμοποιήθηκαν σε αυτή την έρευνα, δίνοντας πληροφορίες σχετικά με τους τρόπους προσέλκυσης των συμμετεχόντων στη μελέτη, τον τρόπο ανάπτυξης των ερωτηματολογίων καθώς και τα αποτελέσματα της μελέτης. Περιλαμβάνουμε μια ενότητα συζήτησης για την ανασκόπηση των αποτελεσμάτων και της σημασίας τους και, τέλος, παρουσιάζεται μια σύντομη ενότητα συστάσεων που θα χρησιμεύσει ως επόμενα βήματα για τους ενδιαφερόμενους φορείς.

## 2.1 Μεθοδολογία

### 2.1.1 Προσέλκυση συμμετεχόντων

Οι συμμετέχοντες στην έρευνά μας περιλάμβαναν νέους ( $n = 632$ ) ηλικίας 16 έως 25 ετών που ζούσαν στη Γαλλία, την Ιταλία και την Ελλάδα, καθώς και εργαζόμενους στον τομέα της νεολαίας ( $n = 200$ ) που ζούσαν επίσης στις προαναφερθείσες χώρες. Η προσέλκυση των συμμετεχόντων στην έρευνα πραγματοποιήθηκε από τους εταίρους του έργου που ζουν και εργάζονται στις παραπάνω χώρες. La Ligue de l'enseignement: Γαλλία, Eko: Ελλάδα, και Arci Ars: Ιταλία. Η προσέλκυση κάλυψε ολόκληρη τη χώρα στη Γαλλία και την Ελλάδα, ενώ οι συμμετέχοντες στην Ιταλία επιλέχθηκαν κυρίως από τη βόρεια περιοχή της χώρας λόγω του δικτύου του εταίρου. Δύο σειρές ερωτηματολογίων αναπτύχθηκαν στα Αγγλικά και μεταφράστηκαν σε τέσσερις γλώσσες των συνεργαζόμενων εταίρων: Γαλλικά, Ελληνικά, Ολλανδικά και Ιταλικά. Τα ερωτηματολόγια προωθήθηκαν, στη συνέχεια, διαδικτυακά μέσω ηλεκτρονικών μηνυμάτων, εκδηλώσεων και διάδοσης στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης. Η συλλογή δεδομένων ξεκίνησε τον Δεκέμβριο του 2023 και ολοκληρώθηκε στα τέλη Φεβρουαρίου 2024. Ενώ, κατά τη μελέτη αυτή, υπήρξε προσέλκυση συμμετεχόντων στην Ολλανδία, δεν υπήρξε επαρκής αριθμός απαντήσεων ώστε να συμπεριληφθεί σε οποιαδήποτε ουσιαστική ανάλυση. Η συμμετοχή στη μελέτη βασίστηκε αυστηρά στην παροχή εθελοντικής συγκατάθεσης, και έτσι αφαιρέθηκαν όσοι συμμετέχοντες δεν την έδωσαν. Οι συμμετέχοντες κάτω των 16 ετών αφαιρέθηκαν από την ανάλυση και στα δύο σύνολα δεδομένων, καθώς και κάθε νέος άνω των 25 ετών. Επιπλέον, αφαιρέθηκαν οι συμμετέχοντες που δεν συμπλήρωσαν τα δημογραφικά τους στοιχεία. Τα δεδομένα ελέγχθηκαν για διπλές και ακραίες τιμές, από τις οποίες δεν βρέθηκε καμία.

### 2.1.2 Ανάπτυξη ερωτηματολογίου και ερευνητικές ερωτήσεις

Οι δύο ομάδες ερωτηματολογίων που χρησιμοποιήθηκαν στη μελέτη αναπτύχθηκαν με τη χρήση επικυρωμένων κλιμάκων στη βιβλιογραφία για το οικολογικό άγχος. Και οι δύο απαιτούσαν τη συγκατάθεση μετά από ενημέρωση, όλων των συμμετεχόντων και περιλάμβαναν συνολικά 15 ερωτήσεις. Ο μέσος χρόνος συμπλήρωσης του ερωτηματολογίου ήταν 10 λεπτά. Βλ. παράρτημα 1 για τα ερωτηματολόγια.

Μέσω των ερωτηματολογίων της μελέτης, επιδιώξαμε να κατανοήσουμε: - Τα επικρατούντα συναισθήματα που σχετίζονται με το οικολογικό άγχος τόσο στους νέους όσο και στους εργαζόμενους στον τομέα της νεολαίας και τις διαφορές μεταξύ των δύο ομάδων συμμετεχόντων και μεταξύ των διαφορετικών χωρών και για τις δύο ομάδες.

- Τα αίτια και οι μηχανισμοί αντιμετώπισης του οικολογικού άγχους των νέων σε όλες τις χώρες.
- Ο βαθμός στον οποίο οι εργαζόμενοι στον τομέα της νεολαίας μπορούν να εκτιμήσουν με ακρίβεια τα συναισθήματα, τα επίπεδα, τις αιτίες και τους μηχανισμούς αντιμετώπισης των νέων.
- Ο βαθμός στον οποίο οι νέοι αισθάνονται ότι ακούγονται και υποστηρίζονται από τους εργαζόμενους στον τομέα της νεολαίας σε σχέση με το οικολογικό τους άγχος.
- Ποιες μορφές υποστήριξης χρειάζονται οι νέοι και οι εργαζόμενοι στον τομέα της νεολαίας για να βοηθήσουν στη διαχείριση του οικολογικού άγχους των νέων.



### 2.1.3 Προφίλ των συμμετεχόντων στη μελέτη

- Όλες οι περιοχές διαβίωσης εκπροσωπήθηκαν επαρκώς στη μελέτη και για τις δύο ομάδες συμμετεχόντων.
- Πάνω από το 60% των νέων έχουν ολοκληρώσει το λύκειο και πάνω από το 50% των εργαζομένων στον τομέα της νεολαίας εργάζονται σε ΜΚΟ για τη νεολαία.

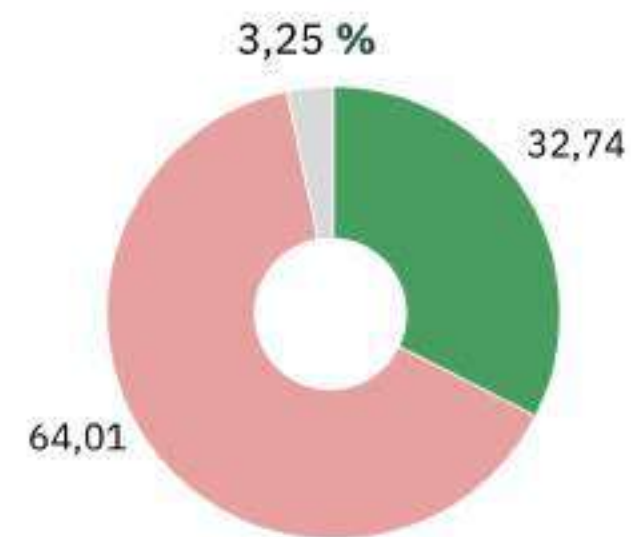


Συνολικός αριθμός νέων: 632



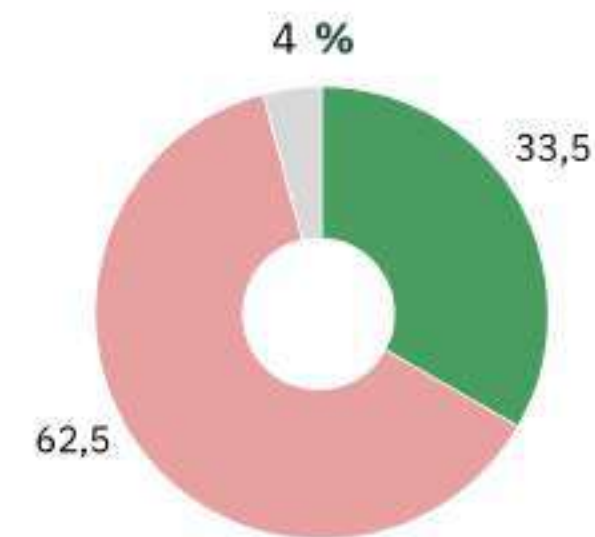
Συνολικός αριθμός εργαζομένων στον τομέα της νεολαίας: 200

Φύλο (νέοι)  
%



● Άντρας ● Γυναίκα ● άλλο/ προτιμώ να μην απαντήσω

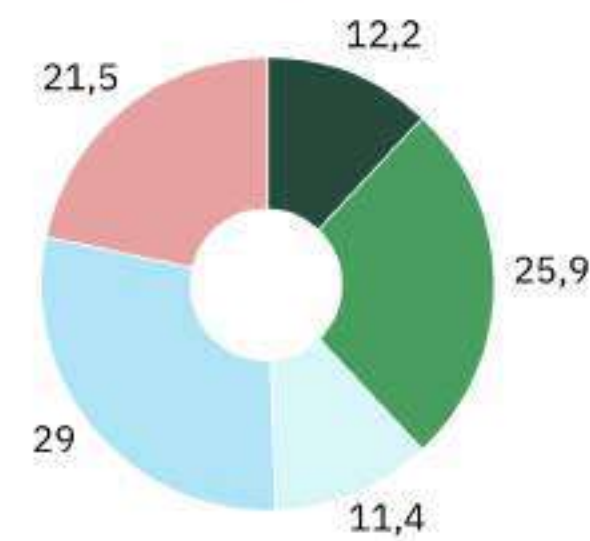
Φύλο (εργαζόμενοι στο χώρο της νεολαίας)  
%



● Άντρας ● Γυναίκα ● άλλο/ προτιμώ να μην απαντήσω

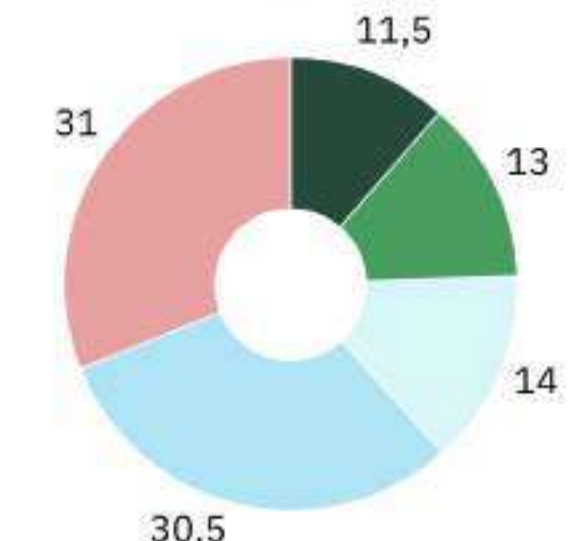
Οι γυναίκες που συμμετείχαν ήταν περισσότερες από τους άνδρες τόσο στην κατηγορία των νέων όσο και σε αυτή των εργαζομένων στον τομέα της νεολαίας.

Περιοχή διαμονής των νέων  
%



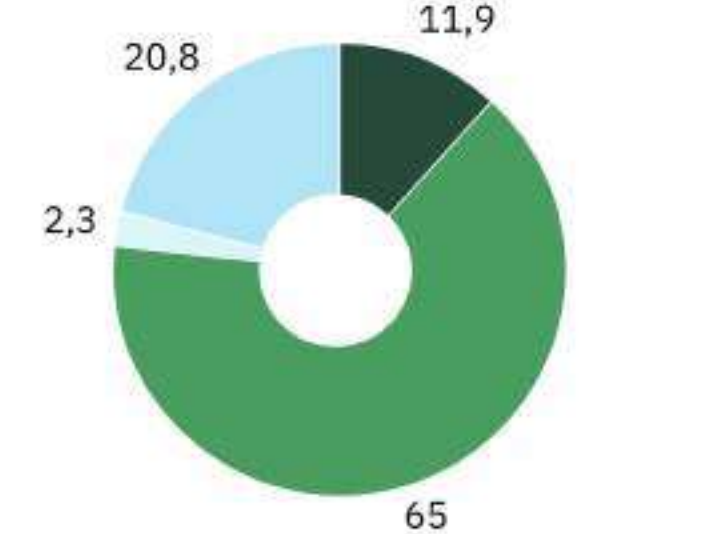
● Αγροτική περιοχή ή ύπαιθρος ● Χωριό ● Προαστιακή περιοχή ● Πόλη ● Περιοχή στο κέντρο της πόλης

Περιοχή διαμονής των εργαζομένων στο χώρο της νεολαίας  
%



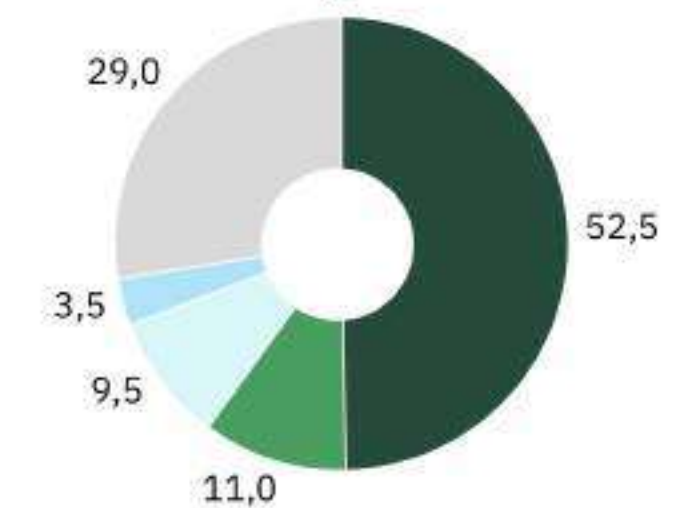
● Αγροτική περιοχή ή ύπαιθρος ● Χωριό ● Προαστιακή περιοχή ● Πόλη ● Περιοχή στο κέντρο της πόλης

Εκπαιδευτικό επίπεδο νέων  
%



● Κολλέγιο ● Λύκειο ● Δημοτικό σχολείο ● Πανεπιστήμιο

Εργασία των λειτουργών στον τομέα της νεολαίας  
%

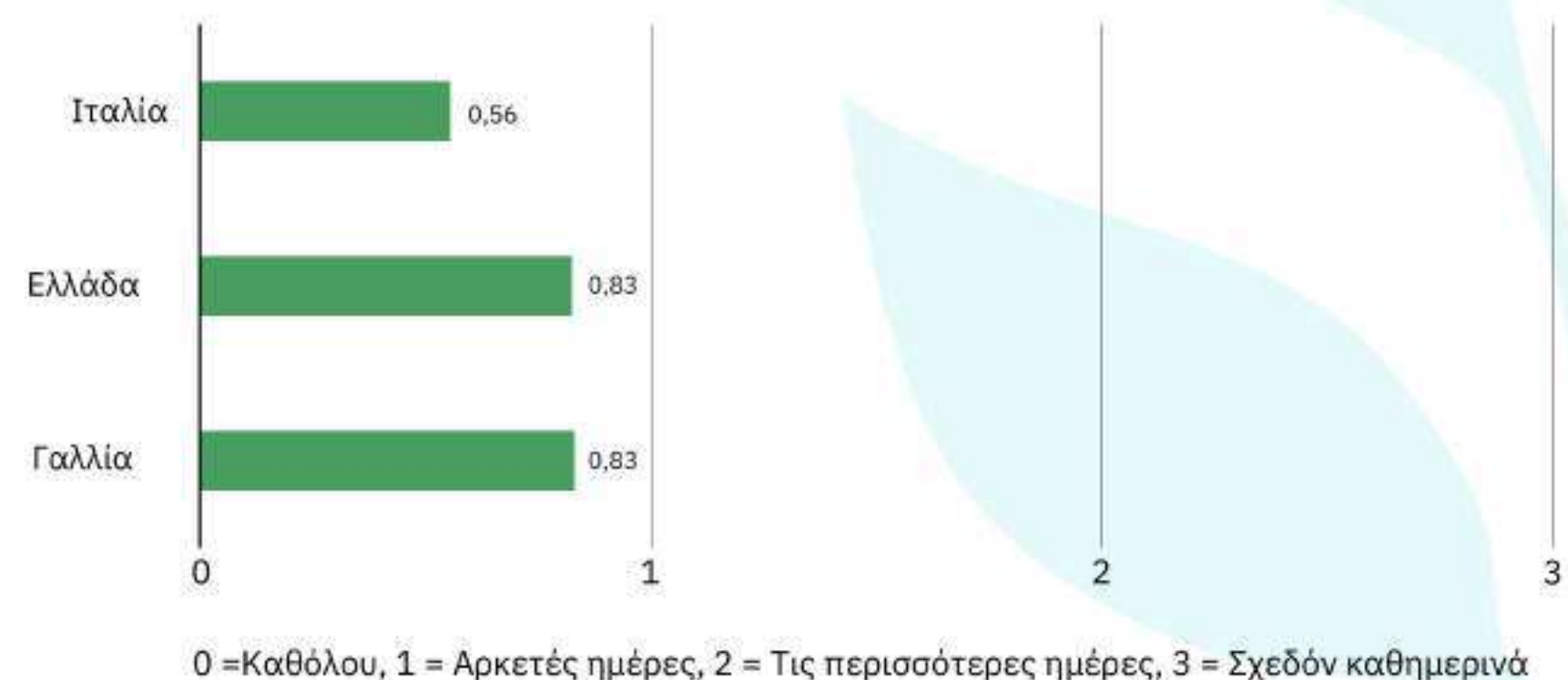


● Εργαζόμενος σε ΜΚΟ για τη νεολαία ● Εργαζόμενος στο κέντρο αναψυχής ● Κυβερνητικός υπάλληλος ● Άλλο ● Δάσκαλος

## 2.2 Αποτελέσματα και συζήτηση

### 2.2.1 Επίπεδα οικολογικού άγχους στους νέους ανά χώρα

*Τις τελευταίες 2 εβδομάδες, πόσο συχνά βιώσατε τα ακόλουθα (π.χ. αίσθημα νευρικότητας, υπερβολική ανησυχία, δυσκολία στον ύπνο, φόβο), όταν σκεφτόσασταν περιβαλλοντικά προβλήματα;*



### Συζήτηση για τα αποτελέσματα

#### Επίπεδα οικολογικού άγχους στους νέους και στους εργαζόμενους στον τομέα της νεολαίας

Η μελέτη μας διερεύνησε τα επίπεδα του οικολογικού άγχους στους νέους, στις τρεις χώρες και το πόσο αποτελεσματικά οι εργαζόμενοι στον τομέα της νεολαίας μπορούσαν να εκτιμήσουν με ακρίβεια τα επίπεδα του οικολογικού άγχους στη νεολαία. Για την ανάπτυξη των ερωτηματολογίων χρησιμοποιήθηκαν επικυρωμένες κλίμακες. Οι υψηλές βαθμολογίες υποδεικνύουν μεγαλύτερη ένταση στις συναισθηματικές εμπειρίες καθώς και επιπτώσεις στην καθημερινή λειτουργία και αντιμετώπιση.

#### Επίπεδα οικολογικού άγχους στους νέους ανά χώρα

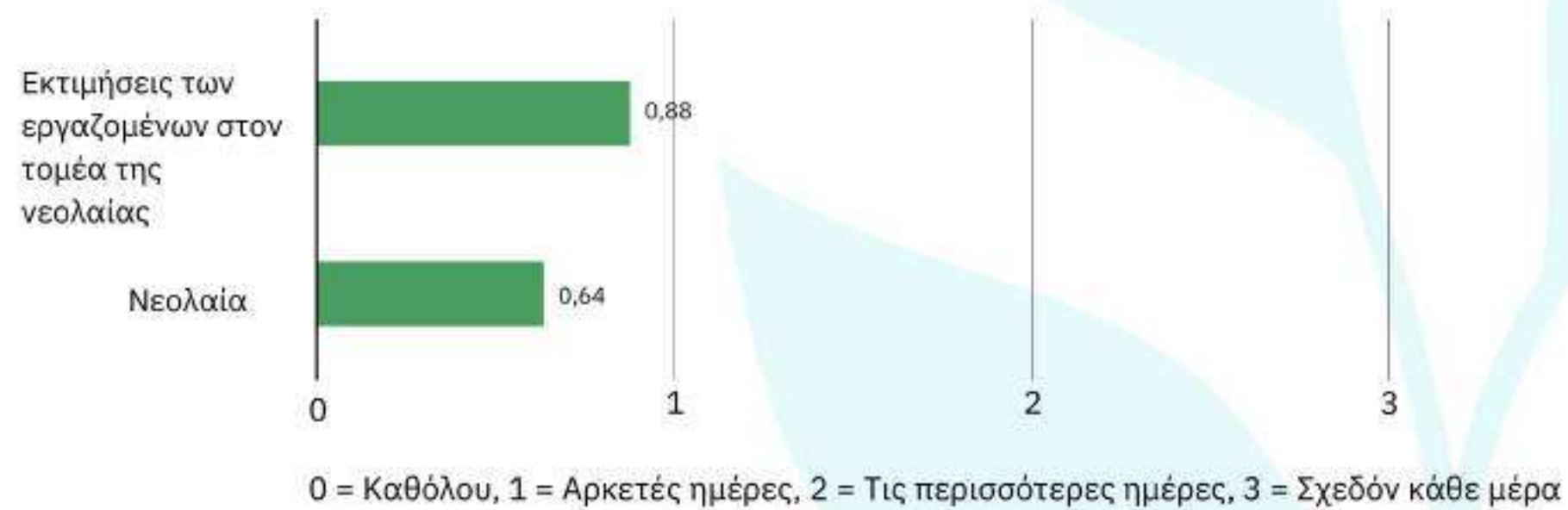
Οι βαθμολογίες των επιπέδων οικολογικού άγχους στους νέους στις τρεις χώρες ήταν ποικίλες. Η Ιταλία είχε χαμηλότερα επίπεδα οικολογικού άγχους (0,56) σε σύγκριση με τη Γαλλία (0,83) και την Ελλάδα (0,83) που είχαν ίσες βαθμολογίες επιπέδων οικολογικού άγχους. Λόγω της περιορισμένης βιβλιογραφίας, σχετικά με το οικολογικό άγχος σε αυτές τις χώρες, είναι δύσκολο να πούμε πού οφείλονται αυτές οι διαφορές. Ωστόσο, η διαφοροποίηση στους μηχανισμούς προσέλκυσης στις διάφορες χώρες μπορεί να συμβάλλει σε αυτά τα ευρήματα. Οι συμμετέχοντες στην Ιταλία προέρχονταν κυρίως από τη βόρεια περιοχή της Ιταλίας, ενώ οι Γάλλοι και οι Έλληνες συμμετέχοντες προέρχονταν από διάφορα μέρη της χώρας. Δεδομένου ότι η έρευνα έχει δείξει ότι οι πεποιθήσεις για το επείγον της κλιματικής αλλαγής είναι πιο πιθανές τις ζεστές ημέρες (Zaval et al., 2014), ίσως το πιο δροσερό κλίμα στη Βόρεια Ιταλία λειτούργησε ως ρυθμιστικός παράγοντας για το κλιματικό άγχος.

#### Επίπεδα οικολογικού άγχους στους νέους ανά περιοχή διαμονής

Δεν υπήρχαν διαφορές στα επίπεδα οικολογικού άγχους των νέων με βάση την περιοχή διαμονής τους. Αυτό αποτελεί έκπληξη, δεδομένου ότι έρευνες στις ΗΠΑ έχουν δείξει ότι τα επίπεδα κλιματικού άγχους τείνουν να είναι υψηλότερα μεταξύ των πληθυσμών που ζουν σε αστικές περιοχές σε σύγκριση με εκείνους που ζουν σε αγροτικές περιοχές (Austin & Kelly, 2024).

## 2.2.2 Επίπεδα οικολογικού άγχους στους νέους σε σύγκριση με τις εκτιμήσεις των εργαζομένων στον τομέα της νεολαίας ως προς τα επίπεδα οικολογικού άγχους στους νέους

Τις τελευταίες 2 εβδομάδες, πόσο συχνά βιώσατε τα ακόλουθα (π.χ. αίσθημα νευρικότητας, υπερβολική ανησυχία, δυσκολία στον ύπνο, φόβο), όταν σκεφτόσασταν περιβαλλοντικά προβλήματα;



Πράγματι, ένα μεγάλο μέρος της βιβλιογραφίας έχει δείξει ότι η έκθεση στη φύση (η οποία είναι πιο συνηθισμένη στις αγροτικές περιοχές), έχει θετικές επιπτώσεις στην ψυχική υγεία (Jimenez, et al., 2021). Ωστόσο, μια πρόσφατη μελέτη στη Γερμανία δε διαπίστωσε επίδραση των σωρευτικών στρεσογόνων παραγόντων (όπως η διαμονή σε αστικό περιβάλλον) που δεν σχετίζονται με το κλιματικό άγχος (Wullenkord et al., 2024). Αυτό μπορεί να υποδηλώνει διαφορές μεταξύ των χωρών ή άλλους παράγοντες μετριασμού που παίζουν ρόλο στη σχέση μεταξύ περιοχής διαμονής και οικολογικού άγχους.

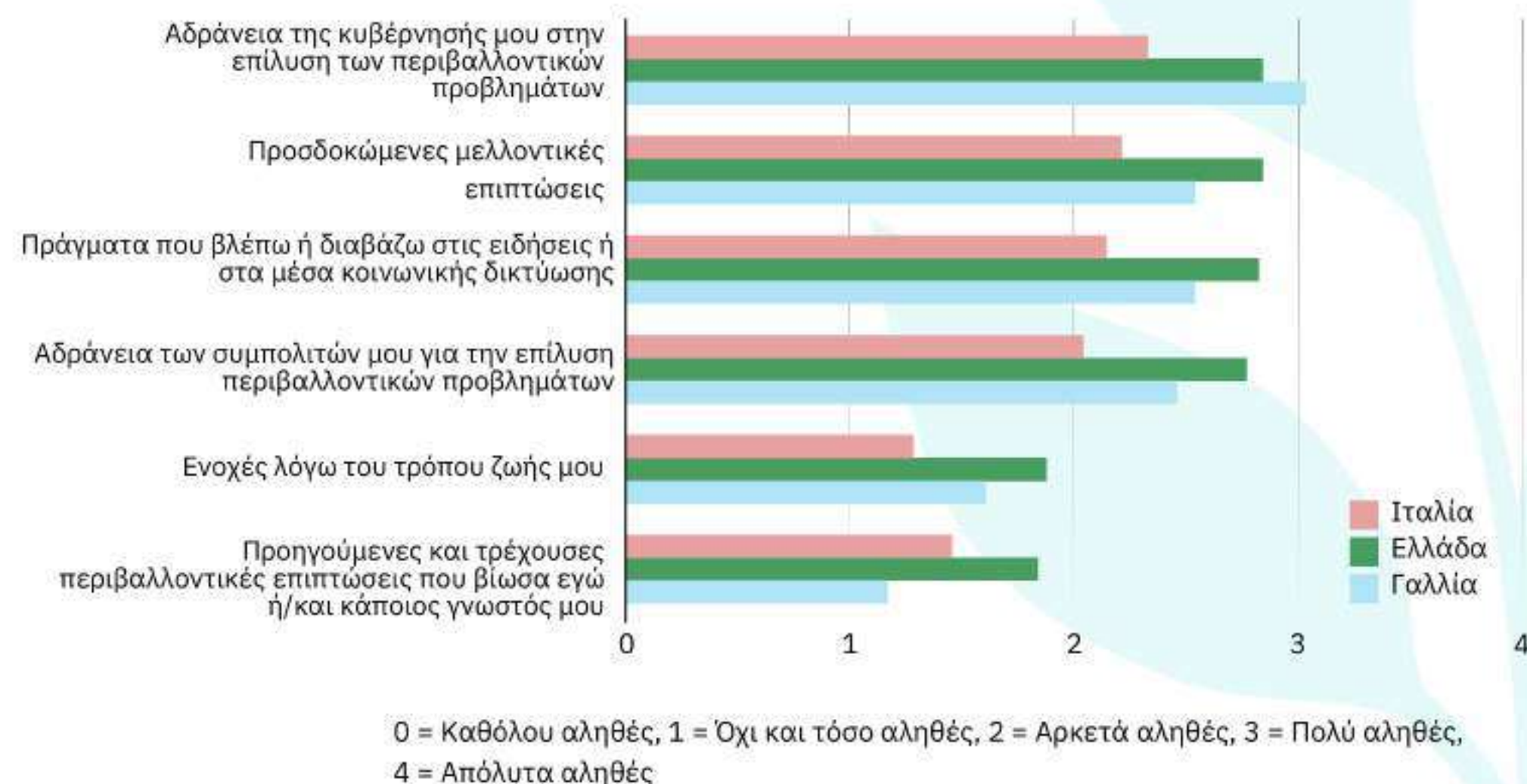
### Επίπεδα οικολογικού άγχους στη νεολαία σε σχέση με τις εκτιμήσεις των εργαζομένων στον τομέα της νεολαίας

Υπήρξε διαφοροποίηση μεταξύ των εκτιμήσεων των επαγγελματιών στον τομέα της νεολαίας σχετικά με τα επίπεδα οικολογικού άγχους των νέων σε σύγκριση με τα πραγματικά επίπεδα των νέων. Σε αρκετά από τα συναισθήματα, οι εργαζόμενοι στον τομέα της νεολαίας υπερεκτίμησαν τα επίπεδα οικολογικού άγχους. Δεδομένου ότι πρόκειται για την πρώτη μελέτη που διερευνά την ικανότητα των εργαζομένων στον τομέα της νεολαίας να αξιολογούν το οικολογικό άγχος των νέων, δεν είναι σαφές ποιοι λόγοι στηρίζουν αυτές τις υπερεκτιμήσεις. Ίσως αυτή η λανθασμένη εκτίμηση δείχνει ότι οι νέοι αισθάνονται άνετα να εκφράζουν τα συναισθήματά τους στους εργαζόμενους στον τομέα της νεολαίας, και μπορεί ακόμη και να υπερβάλλουν για τα συναισθήματά τους στους παραπάνω επαγγελματίες για να διασφαλίσουν ότι θα εισακουστούν. Εναλλακτικά, οι εκτιμήσεις των εργαζομένων στον τομέα της νεολαίας μπορεί να οφείλονται σε μία μειοψηφία δυναμικών νέων που εκφράζουν υψηλά επίπεδα οικολογικού άγχους. Οι εργαζόμενοι στον τομέα της νεολαίας μπορεί επίσης να βασίζονται τις εκτιμήσεις τους σε (κοινωνικά) μέσα ενημέρωσης που αναφέρουν υψηλότερα επίπεδα οικολογικού άγχους, καθώς τέτοιες αναφορές μπορεί να είναι πιο έντονες στο μυαλό τους (Tversky & Kahneman, 1973). Μελλοντικές έρευνες θα πρέπει να διερευνήσουν γιατί οι εργαζόμενοι στον τομέα της νεολαίας υπερεκτιμούν το οικολογικό άγχος και ποιες είναι οι επιπτώσεις. Είναι πιθανό ότι η δημιουργία χώρων όπου τόσο οι εργαζόμενοι στον τομέα της νεολαίας όσο και οι νέοι μπορούν να συναντηθούν για να συζητήσουν αυτά τα οικολογικά συναισθήματα θα βοηθήσει στην καλύτερη αμοιβαία κατανόηση του προβλήματος.



### 2.2.3 Αιτίες του οικολογικού άγχους των νέων ανά χώρα

Ο τρόπος που αισθάνομαι για τα περιβαλλοντικά προβλήματα (π.χ. κλιματική αλλαγή, απώλεια βιοποικιλότητας, πλαστική ρύπανση, αποψίλωση δασών, πυρκαγιές, άνοδος της στάθμης της θάλασσας, ατμοσφαιρική ρύπανση, ξηρασία, καύσωνες, πλημμύρες) οφείλεται σε:



### Συζήτηση για τα αποτελέσματα

#### Αιτίες του οικολογικού άγχους στη νεολαία

Στη μελέτη μας, δώσαμε στους συμμετέχοντες έναν κατάλογο επικυρωμένων αιτιών για το οικολογικό άγχος (βλ. Παράρτημα 1 για τα ερωτηματολόγια) και τους ζητήσαμε να επιλέξουν το βαθμό στον οποίο κάθε μία από τις αιτίες ήταν αληθινή γι' αυτούς. Στόχος μας ήταν να διαπιστώσουμε τις αιτίες του οικολογικού άγχους στη νεολαία και τις διαφορές μεταξύ των χωρών. Επιδιώξαμε, επίσης, να κατανοήσουμε το βαθμό στον οποίο οι εργαζόμενοι στον τομέα της νεολαίας θα μπορούσαν να εκτιμήσουν σωστά τις αιτίες του οικολογικού άγχους των νέων.

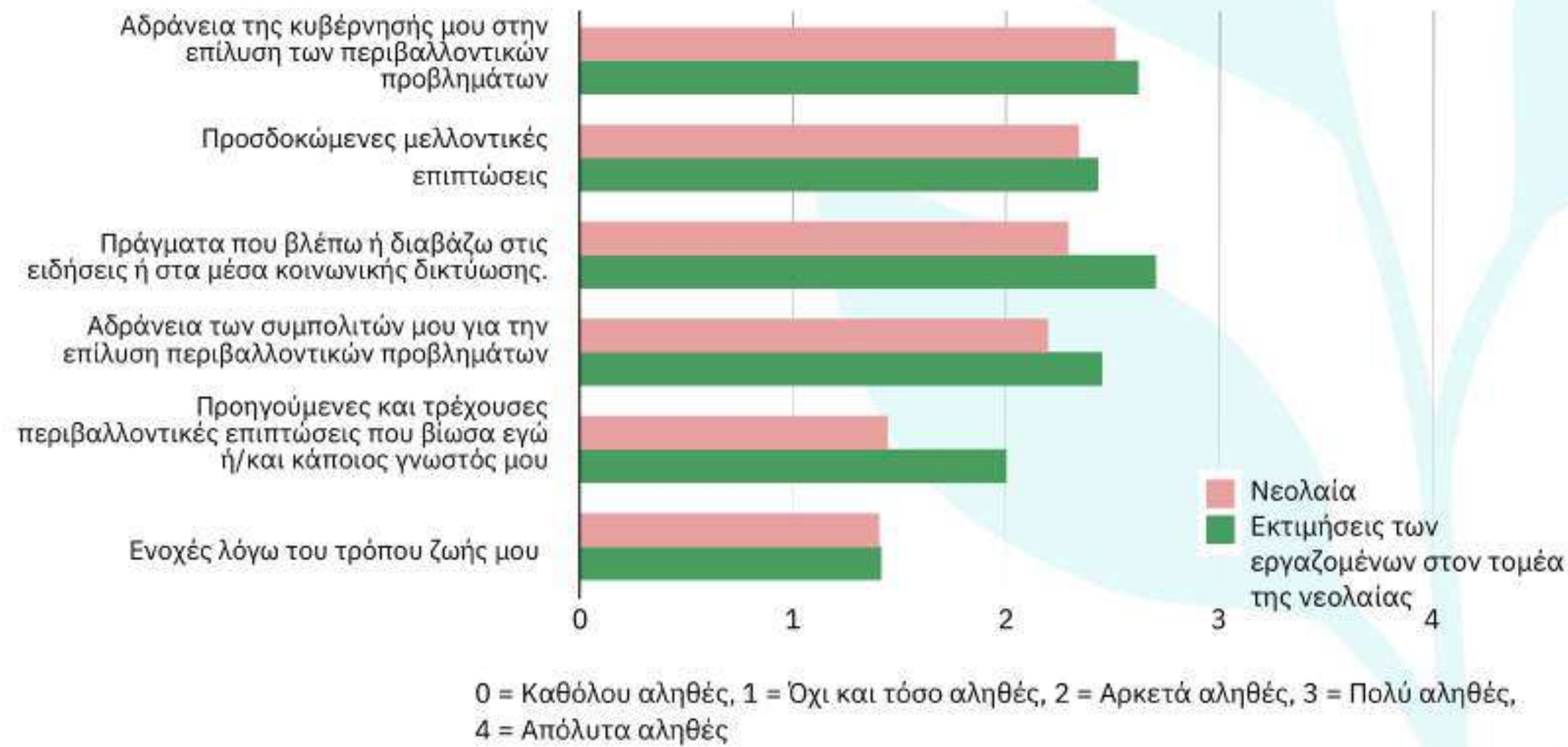
#### Αιτίες του οικολογικού άγχους των νέων ανά χώρα

Η ανάλυσή μας έδειξε διαφορά στις αιτίες του οικολογικού άγχους μεταξύ των χωρών. Οι νέοι στην Ιταλία σημείωσαν σταθερά χαμηλότερες βαθμολογίες από τους νέους σε Ελλάδα και Γαλλία σε όλες τις κατηγορίες των αιτιών. Αυτό ευθυγραμμίζεται με τα χαμηλότερα επίπεδα οικολογικού άγχους που αναφέρθηκαν από αυτή την ομάδα (βλ. παραπάνω). Οι κορυφαίες αιτίες του οικολογικού άγχους που αναφέρθηκαν από τους νέους περιλάμβαναν την αδράνεια της κυβέρνησης απέναντι στα περιβαλλοντικά προβλήματα, γεγονός που ευθυγραμμίζεται καλά με μια άλλη μελέτη των Hickman et al (2021), οι οποίοι διαπίστωσαν ότι η αδράνεια της κυβέρνησης όσον αφορά τις δεσμεύσεις για το κλίμα είναι η κύρια αιτία του κλιματικού άγχους σε 10.000 νέους που συμμετείχαν σε έρευνα από 10 διαφορετικές χώρες από διάφορες ηπείρους, συμπεριλαμβανομένης της Αφρικής, της Αυστραλίας, της Ευρώπης, της Αμερικής και της Ασίας.

Άλλες βασικές αιτίες του οικολογικού άγχους ήταν πράγματα που διαβάστηκαν και είδαμε στις ειδήσεις/στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, γεγονός που απηχεί τα ευρήματα μιας παγκόσμιας μελέτης που διεξήχθη σε 32 χώρες (συμπεριλαμβανομένων ευρωπαϊκών χωρών όπως η Ιταλία), η οποία διαπίστωσε ότι η έκθεση στα μέσα ενημέρωσης επηρεάζει το κλιματικό άγχος (Ogunbode et al., 2022). Τέλος, οι αναμενόμενες μελλοντικές επιπτώσεις των περιβαλλοντικών προβλημάτων αναφέρθηκε ότι αποτελούν βασικό παράγοντα οικολογικού άγχους. Πράγματι, τα νοητικά μοντέλα της

## 2.2.4 Αιτίες του οικολογικού άγχους των νέων έναντι των εκτιμήσεων των εργαζομένων στον τομέα της νεολαίας για τις αιτίες του οικολογικού άγχους στη νεολαία

Ο τρόπος που αισθάνομαι για τα περιβαλλοντικά προβλήματα (π.χ. κλιματική αλλαγή, απώλεια βιοποικιλότητας, πλαστική ρύπανση, αποψίλωση δασών, πυρκαγιές, άνοδος της στάθμης της θάλασσας, ατμοσφαιρική ρύπανση, ξηρασία, καύσωνες, πλημμύρες) οφείλεται σε:



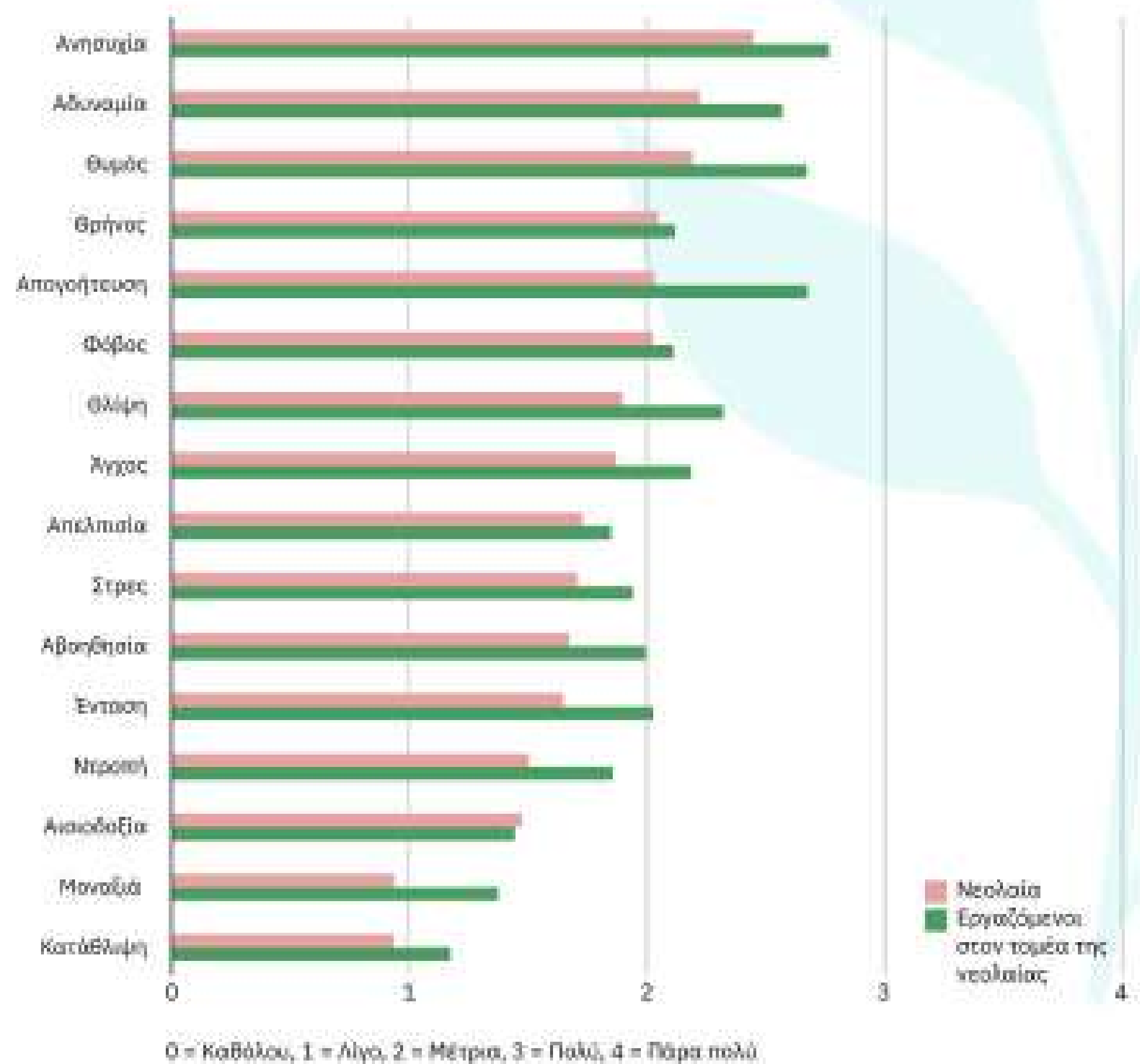
κλιματικής αλλαγής, ή των αιτιωδών πεποιθήσεων των ανθρώπων για την κλιματική αλλαγή, έχει διαπιστωθεί ότι επηρεάζουν τις αντιλήψεις κινδύνου και τις ανησυχίες για την κλιματική αλλαγή (Fleming et al., 2021). Ως εκ τούτου, κατά την αντιμετώπιση του οικολογικού άγχους, είναι σημαντικό να εξεταστούν (1) η κυβερνητική αδράνεια, (2) η έκθεση στα μέσα ενημέρωσης και, (3) οι αντιλαμβανόμενες επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής, καθώς αυτές θεωρούνται ως οι κινητήριες δυνάμεις του οικολογικού άγχους.

### Αιτίες του οικολογικού άγχους στους νέους έναντι των εκτιμήσεων των εργαζομένων στον τομέα της νεολαίας

Οι εργαζόμενοι στον τομέα της νεολαίας είχαν την τάση να εντοπίζουν τους βασικούς παράγοντες του οικολογικού άγχους των νέων, ενώ υπερεκτίμησαν τα επίπεδα επιρροής των πραγμάτων που βλέπουν ή διαβάζουν στις ειδήσεις ή στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης και της αδράνειας των συμπολιτών τους για την επίλυση των περιβαλλοντικών προβλημάτων. Επιπλέον, οι εργαζόμενοι στον τομέα της νεολαίας απέδωσαν σημαντικά μεγαλύτερη επιρροή στις παρελθούσες και τρέχουσες περιβαλλοντικές επιπτώσεις που βίωσαν οι ίδιοι ή/και κάποιος γνωστός τους, σε σύγκριση με τους νέους. Αυτό υποδηλώνει ότι οι εργαζόμενοι στον τομέα της νεολαίας αναμένουν ότι οι νέοι έχουν βιώσει περισσότερες περιβαλλοντικές επιπτώσεις από αυτές που έχουν βιώσει στην πραγματικότητα. Η διαφορά αυτή μπορεί να οφείλεται σε ηλικιακές διαφορές: οι νέοι μπορεί να μην έχουν βιώσει την αλλαγή των καιρικών συνθηκών τις τελευταίες δεκαετίες που μπορεί να έχουν παρατηρήσει οι εργαζόμενοι στον τομέα της νεολαίας, κατά τη διάρκεια της ζωής τους. Για παράδειγμα, η ακραία ζέστη και η ξηρασία έχουν γίνει πιο συχνές στην Ευρώπη τις τελευταίες δεκαετίες (Pradhan et al., 2022). Δεδομένου ότι η μέση ηλικία των εργαζομένων στον τομέα της νεολαίας, στο δείγμα μας είναι 34,5 έτη, ενώ η μέση ηλικία των νέων ήταν 19,1 έτη, οι εργαζόμενοι στον τομέα της νεολαίας είναι πιθανότερο να έχουν παρατηρήσει τις αλλαγές στα καιρικά φαινόμενα, ενώ για τους νέους η ακραία ζέστη και οι ξηρασίες μπορεί να θεωρούνται πιο φυσιολογικές. Ως εκ τούτου, η διαφορά στη διάρκεια ζωής και η παρατήρηση της κλιματικής αλλαγής ενδέχεται να μπορούν να εξηγήσουν την υπερεκτίμηση του ρόλου του βιώματος, από τους νέους, της κλιματικής αλλαγής ως προς το οικολογικό άγχος των νέων.

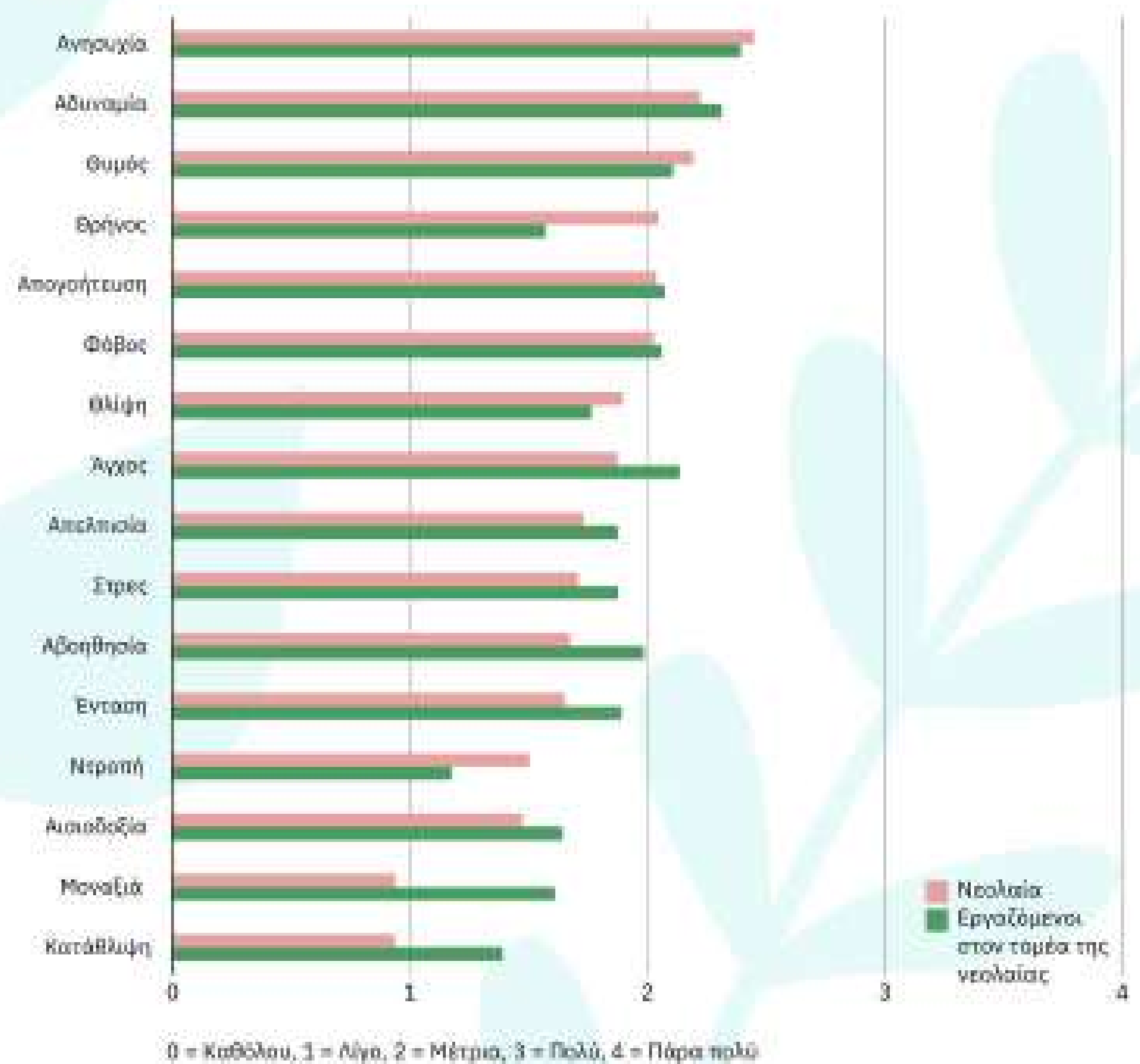
### 2.2.5 Συναισθήματα που σχετίζονται με το οικολογικό άγχος στους νέους και τους εργαζόμενους στον τομέα της νεολαίας

Σε ποιο βαθμό αισθάνεστε καθένα από τα ακόλουθα συναισθήματα όταν σκέφτεστε τα περιβαλλοντικά προβλήματα (π.χ. κλιματική αλλαγή, απώλεια βιοποικιλότητας, ρύπανση από πλαστικά, αποψίλωση δασών, πυρκαγιές, άνοδος της στάθμης της θάλασσας, ατμοσφαιρική ρύπανση, ξηρασία, καύσωνες, πλημμύρες):



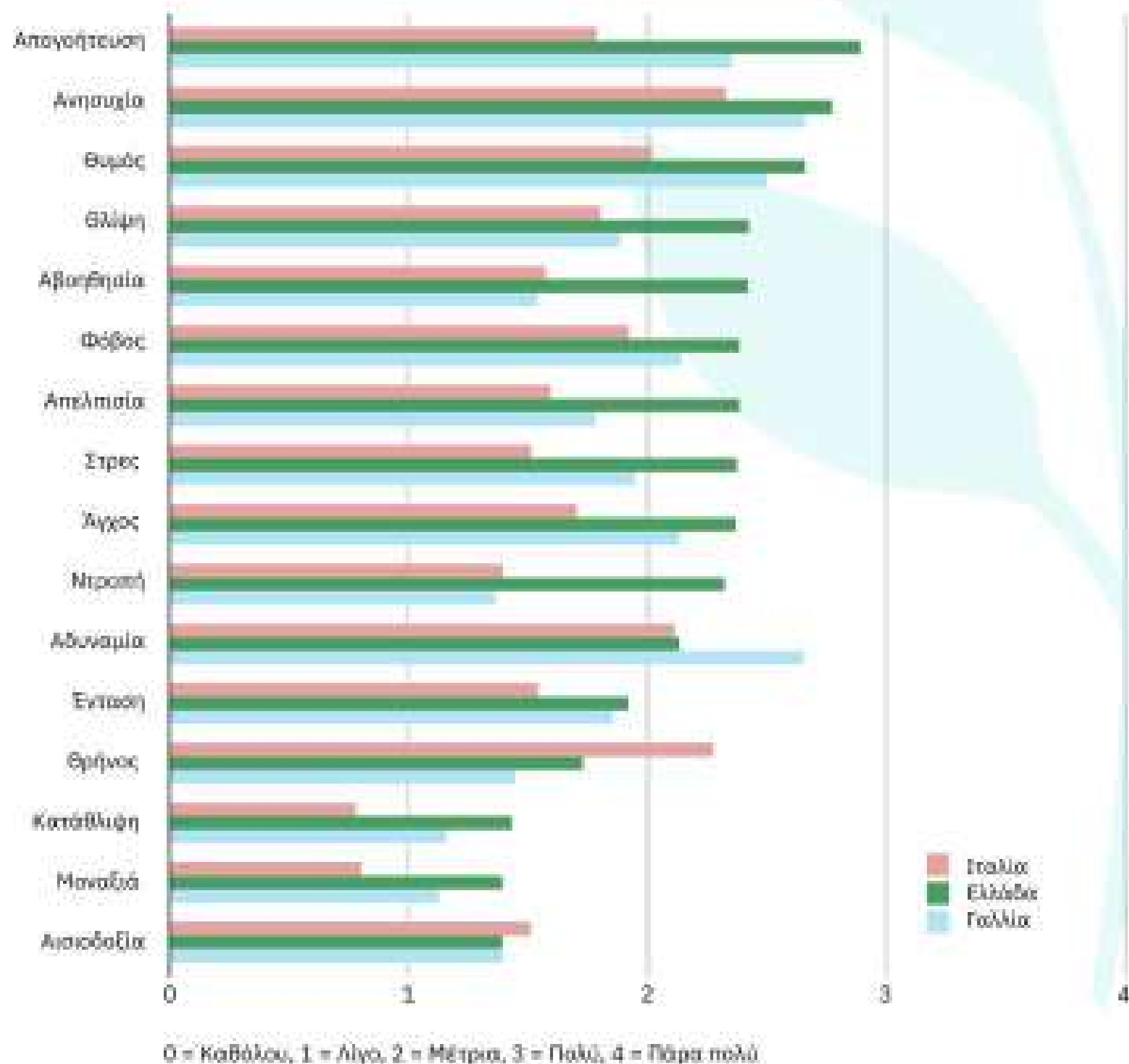
### 2.2.6 Συναισθήματα ως προς το οικολογικό άγχος των νέων σε σχέση με τις εκτιμήσεις των εργαζομένων στον τομέα της νεολαίας για τα συναισθήματα των νέων

Σε ποιο βαθμό αισθάνεστε καθένα από τα ακόλουθα συναισθήματα όταν σκέφτεστε τα περιβαλλοντικά προβλήματα (π.χ. κλιματική αλλαγή, απώλεια βιοποικιλότητας, ρύπανση από πλαστικά, αποψίλωση δασών, πυρκαγιές, άνοδος της στάθμης της θάλασσας, ατμοσφαιρική ρύπανση, ξηρασία, καύσωνες, πλημμύρες):



### 2.2.7 Συναισθήματα που σχετίζονται με το οικολογικό άγχος στους νέους ανά χώρα

Σε ποιο βαθμό αισθάνεστε καθένα από τα ακόλουθα συναισθήματα όταν σκέφτεστε τα περιβαλλοντικά προβλήματα (π.χ. κλιματική αλλαγή, απώλεια βιοποικιλότητας, ρύπανση από πλαστικά, αποψίλωση δασών, πυρκαγιές, άνοδος της στάθμης της θάλασσας, ατμοσφαιρική ρύπανση, ξηρασία, καύσινες, πλημμύρες):



### Συζήτηση για τα αποτελέσματα

#### Συναισθήματα που σχετίζονται με το οικολογικό άγχος στους νέους και τους εργαζόμενους στον τομέα της νεολαίας

Επιδιώξαμε να κατανοήσουμε τα επικρατούντα συναισθήματα του οικολογικού άγχους μεταξύ των νέων και των εργαζομένων στον τομέα της νεολαίας. Εξ όσων γνωρίζουμε, αυτή είναι η πρώτη φορά που μια μελέτη διερευνά το οικολογικό άγχος σε εργαζόμενους στον τομέα της νεολαίας. Με τη διερεύνηση των συναισθημάτων και στις δύο ομάδες, μπορούμε να ανακαλύψουμε αν υπάρχουν κοινά σημεία και διαφορές. Τα ερωτηματολόγια μας παρείχαν έναν κατάλογο επικυρωμένων κλιμάκων συναισθημάτων και ζήτησαν από τους συμμετέχοντες να επιλέξουν τον βαθμό στον οποίο αισθάνονται καθένα από αυτά. Η μελέτη μας διαπίστωσε ότι οι εργαζόμενοι στον τομέα της νεολαίας ανέφεραν υψηλότερο επίπεδο συναισθημάτων οικολογικού άγχους σε σύγκριση με τους νέους.

Λόγω της ανεπάρκειας της βιβλιογραφίας για το θέμα αυτό, οι βαθύτεροι λόγοι αυτής της διαφοράς είναι άγνωστοι. Ως εκ τούτου, στρεφόμαστε στις βασικές αιτίες του οικολογικού άγχους, όπως αναφέρθηκαν στην προηγούμενη ενότητα, για να διερευνήσουμε πιθανές εξηγήσεις για αυτά τα ευρήματα. Ίσως αυτές οι διαφορές να σχετίζονται με τις εμπειρίες των εργαζομένων σε θέματα κλιματικής αλλαγής σε σύγκριση με τους νέους. Δεδομένου ότι οι εργαζόμενοι στον τομέα της νεολαίας είναι μεγαλύτεροι σε ηλικία από τους νέους, είναι πιθανότερο να έχουν παρατηρήσει τις επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής, τόσο μέσω προσωπικών εμπειριών όσο και μέσω των μέσων ενημέρωσης. Επιπλέον, δεδομένου ότι τα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας τείνουν να ασχολούνται περισσότερο με την πολιτική (Quintelier, 2007), είναι πιθανό οι εργαζόμενοι στον τομέα της νεολαίας να βιώνουν μεγαλύτερη απογοήτευση για την αδράνεια της κυβέρνησης σε σύγκριση με τους νέους. Τέλος, η υπερεκτίμηση του οικολογικού άγχους των νέων (βλ. ενότητα 2.2) μπορεί επίσης να επιδεινώσει το οικολογικό άγχος των επαγγελματιών στον τομέα της νεολαίας. Απαιτείται μελλοντική έρευνα για να διερευνηθεί αν αυτές οι πιθανές εξηγήσεις για τα ευρήματα οδηγούν πράγματι στο υψηλότερο επίπεδο οικολογικού άγχους μεταξύ των εργαζομένων στον τομέα της νεολαίας σε σύγκριση με τους νέους. Ανεξάρτητα από τις αιτίες αυτών των διαφορών, τα ευρήματα αυτά υπογραμμίζουν ότι όχι μόνο οι νέοι χρειάζονται υποστήριξη για το οικολογικό άγχος, αλλά και

οι ίδιοι οι εργαζόμενοι στον τομέα της νεολαίας χρειάζονται επίσης βοήθεια για να εμπλακούν σε υγιείς μηχανισμούς αντιμετώπισης του οικολογικού τους άγχους.

### **Συναισθήματα στους νέους που σχετίζονται με το οικολογικό άγχος σε σύγκριση με τις εκτιμήσεις των εργαζομένων στον τομέα της νεολαίας**

Θέλαμε επίσης να μάθουμε αν οι εργαζόμενοι στον τομέα της νεολαίας μπορούσαν να εκτιμήσουν με ακρίβεια τα συναισθήματα που βιώνουν οι νέοι σε σχέση με το οικολογικό άγχος. Η ανάλυσή μας έδειξε ότι οι εκτιμήσεις τους ήταν πιο κοντά σε αυτές των νέων, καθώς δεν διαπιστώσαμε διαφορές μεταξύ των επικρατούντων συναισθημάτων οικολογικού άγχους που ανέφεραν οι νέοι και των εκτιμήσεων των εργαζομένων στον τομέα της νεολαίας. Αυτό είναι ιδιαίτερα ενδιαφέρον, δεδομένων των υψηλότερων επιπέδων οικολογικού άγχους στους εργαζόμενους στον τομέα της νεολαίας, σε σύγκριση με τους νέους, όπως αναφέρθηκε παραπάνω. Τα ευρήματα αυτά υποδεικνύουν ότι, παρόλο που οι εργαζόμενοι στον τομέα της νεολαίας αναφέρουν υψηλότερα επίπεδα οικολογικού άγχους, βιώνουν παρόμοια συναισθήματα οικολογικού άγχους με τους νέους. Αυτή η συναισθηματική ευθυγράμμιση είναι πιθανό να ωφελήσει την ικανότητα των λειτουργών νεολαίας να υποστηρίξουν τους νέους ως προς το οικολογικό τους άγχος. Αυτή η διορατικότητα είναι χρήσιμη για τους εργαζόμενους στον τομέα της νεολαίας, κατά το σχεδιασμό υλικού, ώστε να εμπλέξουν τους νέους, καθώς μπορούν να το εφαρμόσουν με βάση τη σωστή γνώση του πλαισίου των οικολογικών συναισθημάτων των νέων.

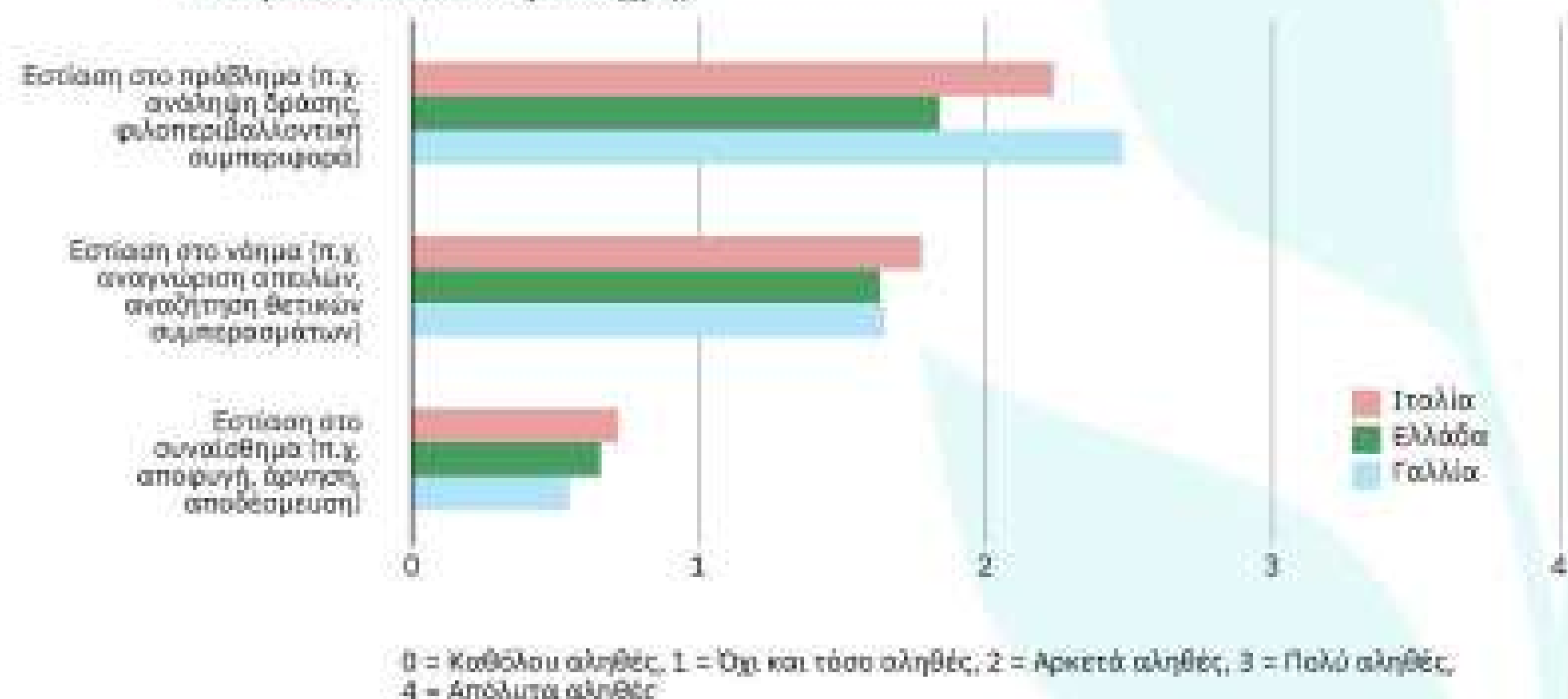
### **Συναισθήματα που σχετίζονται με το οικολογικό άγχος στους νέους ανά χώρα**

Μεταξύ των χωρών, βρήκαμε επίσης μια διαφορά στα επικρατούντα συναισθήματα που ανέφεραν οι νέοι- οι νέοι στην Ελλάδα σημείωσαν υψηλότερη βαθμολογία από τους νέους σε Γαλλία και Ιταλία. Συνολικά, οι νέοι στην Ιταλία ανέφεραν τη χαμηλότερη επικράτηση των συναισθημάτων οικολογικού άγχους. Το εύρημα αυτό συνάδει με τα ευρήματα της ενότητας 2.2.1, τα οποία έδειξαν ότι οι νέοι στην Ιταλία αναφέρουν χαμηλότερα επίπεδα οικολογικού άγχους σε σύγκριση με νέους σε Γαλλία και Ελλάδα. Παρόμοιοι λόγοι μπορεί να στηρίζουν αυτά τα ευρήματα: ενώ το ιταλικό δείγμα αντιπροσωπεύει κυρίως νέους από τη Βόρεια Ιταλία, οι Έλληνες και οι Γάλλοι συμμετέχοντες, στην παρούσα μελέτη, ζουν σε διάφορα μέρη της χώρας. Οι νέοι στη Βόρεια Ιταλία μπορεί να είναι λιγότερο εκτεθειμένοι

στις κλιματικές επιπτώσεις σε σύγκριση με τη νεολαία στη Γαλλία και την Ελλάδα, με αποτέλεσμα να παρατηρούνται χαμηλότερα επίπεδα συναισθημάτων οικολογικού άγχους για την ομάδα αυτή. Εναλλακτικά, ενδέχεται να υπάρχουν διαπολιτισμικές διαφορές στην ικανότητα εντοπισμού ή στην προθυμία αναφοράς συναισθημάτων μεταξύ των τριών χωρών.

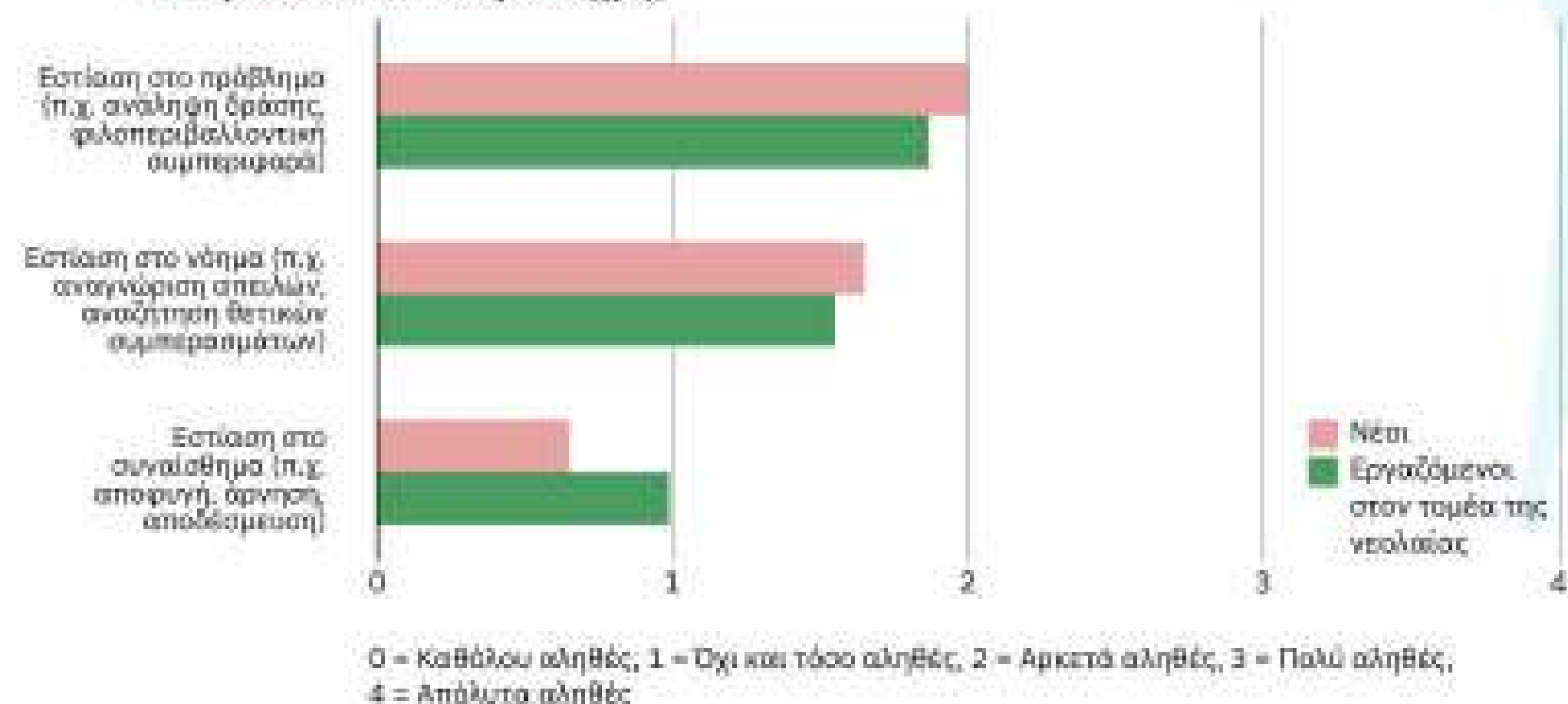
### 2.2.8 Μηχανισμοί αντιμετώπισης που υιοθετούν οι νέοι ανά χώρα

Τι κάνετε, αρέστετε ή χρησιμοποιείτε για να αντιμετωπίσετε τις συναισθηματικές αντιδράσεις που προκαλεί το οικολογικό άγχος;



### 2.2.9 Μηχανισμοί αντιμετώπισης που χρησιμοποιούν οι νέοι σε σύγκριση με τις εκτιμήσεις των εργαζομένων στον τομέα της νεολαίας

Τι κάνετε, αρέστετε ή χρησιμοποιείτε για να αντιμετωπίσετε τις συναισθηματικές αντιδράσεις που προκαλεί το οικολογικό άγχος;



### Συζήτηση για τα αποτελέσματα

#### Μηχανισμοί αντιμετώπισης του οικολογικού άγχους στους νέους

Η κατανόηση των μηχανισμών αντιμετώπισης του οικολογικού άγχους που χρησιμοποιούν οι νέοι είναι ζωτικής σημασίας για τη διερεύνηση τρόπων υποστήριξής τους. Όπως επισημάνθηκε στην ενότητα της βιβλιογραφικής ανασκόπησης, οι μηχανισμοί αντιμετώπισης μπορεί να είναι εστιασμένοι στο πρόβλημα, στο συναίσθημα ή στο νόημα. Οι νέοι υιοθετούν την εστιασμένη στο πρόβλημα αντιμετώπιση όταν διαχειρίζονται άμεσα τα περιβαλλοντικά προβλήματα μέσω δράσης και ακτιβισμού- αυτό μπορεί να περιλαμβάνει φιλοπεριβαλλοντικές συμπεριφορές, αλλαγές στον τρόπο ζωής και αναζήτηση περισσότερων πληροφοριών. Αντιμέτωπη εστιασμένη στο συναίσθημα σημαίνει ότι τα αρνητικά συναισθήματα καταπραΰνονται μέσω της αποφυγής, της άρνησης, της αποδέσμευσης και της απόρριψης της ατομικής ευθύνης. Με την αντιμετώπιση που επικεντρώνεται στο νόημα, οι νέοι αρχίζουν να αναγνωρίζουν ρεαλιστικά τις απειλές και στη συνέχεια, αναζητούν τις θετικές πλευρές που είναι ευθυγραμμισμένες με τις πεποιθήσεις, τις αξίες και τους στόχους τους. Οι νέοι, σε αυτή τη μελέτη, χρησιμοποιούν κυρίως την αντιμετώπιση με επίκεντρο το νόημα και την αντιμετώπιση με επίκεντρο το πρόβλημα, συνδυαστικά, στην καθημερινή τους ζωή. Αυτό έρχεται σε αντίθεση με τα ευρήματα που έδειξαν ότι η αντιμετώπιση με επίκεντρο το συναίσθημα βρέθηκε προηγουμένως να είναι η στρατηγική που χρησιμοποιούν περισσότερο οι νέοι σε χώρες όπως η Σουηδία (Vaile, 2023- Ojala, 2012b). Όπως συζητήθηκε στην ενότητα 1.4, έχει βρεθεί ότι οι στρατηγικές αντιμετώπισης με επίκεντρο το νόημα συνδέονται με υψηλότερα επίπεδα ευημερίας (Ojala, 2012a), γεγονός που υποδηλώνει ότι αυτός μπορεί να είναι ένας αποτελεσματικός μηχανισμός αντιμετώπισης του οικολογικού άγχους. Εναλλακτικά, τα ευρήματα αυτά μπορεί να υποδηλώνουν ότι τα άτομα με χαμηλότερα επίπεδα οικολογικού άγχους τείνουν να αναζητούν μηχανισμούς αντιμετώπισης εστιασμένους στο νόημα, καθώς η μελέτη ήταν διατομεακή και, ως εκ τούτου, δεν μπορούν να αποδοθούν αιτιώδεις σχέσεις σε αυτές τις συσχετίσεις. Παρ' όλα αυτά, δεδομένου ότι τα επίπεδα οικολογικού άγχους μεταξύ των νέων στην παρούσα μελέτη θεωρήθηκαν επίσης μέτρια, τα ευρήματα αυτά υποδηλώνουν ότι επιδίδονται σε



κατάλληλες στρατηγικές αντιμετώπισης. Ως εκ τούτου, τα αποτελέσματα αυτά μπορούν να ενημερώσουν τους εργαζόμενους στον τομέα της νεολαίας για την περαιτέρω ενίσχυση της υιοθέτησης μηχανισμών αντιμετώπισης με εστίαση στο νόημα μεταξύ των νέων.

#### **Μηχανισμοί αντιμετώπισης του οικολογικού άγχους στους νέους σε σύγκριση με τις εκτιμήσεις των εργαζομένων στον τομέα της νεολαίας**

Οι εκτιμήσεις των εργαζομένων στον τομέα της νεολαίας σχετικά με τους μηχανισμούς αντιμετώπισης με εστίαση στο πρόβλημα και στο νόημα στη νεολαία ήταν συνεπείς σε σύγκριση με των νέων, καθώς δεν υπήρχαν διαφορές και στις δύο βαθμολογίες. Αυτό δείχνει ότι οι εργαζόμενοι στον τομέα της νεολαίας μπορούν να εκτιμήσουν με ακρίβεια τη χρήση αυτών των μηχανισμών αντιμετώπισης μεταξύ των νέων. Οι εργαζόμενοι στον τομέα της νεολαίας, ωστόσο, υπερεκτίμησαν τη χρήση των μηχανισμών αντιμετώπισης που επικεντρώνονται στο συναίσθημα, στους νέους. Αυτό υποδηλώνει ότι οι εργαζόμενοι στον τομέα της νεολαίας υπερεκτιμούν τον βαθμό στον οποίο οι νέοι απεμπλέκονται και αποστασιοποιούνται από τα περιβαλλοντικά προβλήματα. Αυτό ευθυγραμμίζεται με την έρευνα που δείχνει ότι οι άνθρωποι έχουν την τάση να υποτιμούν την προθυμία των άλλων ανθρώπων να συμμετέχουν σε φιλικές προς το περιβάλλον συμπεριφορές (Andre et al., 2024), αλλά έρχεται σε αντίθεση με την έρευνα που δείχνει ότι οι μεγαλύτεροι σε ηλικία άνθρωποι είναι πιο πιθανό να συμμετέχουν σε φιλικές προς το περιβάλλον συμπεριφορές (Wang et al., 2021). Τα ευρήματα αυτά μπορούν να δώσουν πληροφορίες για την κατάρτιση των επαγγελματιών στον τομέα της νεολαίας, ώστε να ευαισθητοποιηθούν για τις προτιμώμενες στρατηγικές αντιμετώπισης μεταξύ των νέων.

#### **Μηχανισμοί αντιμετώπισης του οικολογικού άγχους των νέων ανά χώρα**

Μεταξύ των χωρών, η υιοθέτηση, από τους νέους, της αντιμετώπισης με εστίαση στο πρόβλημα παρουσίασε μικρή διαφοροποίηση. Οι νέοι στην Ελλάδα σημείωσαν χαμηλότερη βαθμολογία ως προς αυτό το μηχανισμό σε σύγκριση με τους νέους σε Γαλλία και Ιταλία. Τα ευρήματα αυτά υποδεικνύουν ότι οι νέοι στην Ελλάδα είναι λιγότερο πιθανό να αντιμετωπίσουν το οικολογικό άγχος μέσω φιλικής προς το περιβάλλον συμπεριφοράς. Ωστόσο, εξακολουθεί να παραμένει ως η πιο αξιοποιούμενη στρατηγική αντιμετώπισης από τους νέους στην Ελλάδα, αν και σε μικρότερο βαθμό σε σύγκριση με τις άλλες δύο χώρες. Αυτό μπορεί να οφείλεται στο γεγονός ότι οι νέοι στην Ελλάδα αισθάνονται σχετικά πιο αδύναμοι απέναντι στα περιβαλλοντικά προβλήματα σε σχέση με τις άλλες δύο χώρες, όπως φαίνεται στην ενότητα 2.2.7.

### 2.3.1 Κατάταξη των περιβαλλοντικών προβλημάτων με βάση τα επίπεδα ανησυχίας (Νέοι ανά χώρα)

Κατάταξη	ΓΑΛΛΙΑ	Κατάταξη	ΙΤΑΛΙΑ	Κατάταξη	ΕΛΛΑΔΑ
1.	Κλιματική αλλαγή	1.	Κλιματική αλλαγή	1.	Κλιματική αλλαγή
2.	Απώλεια Βιοποικιλότητας	2.	Ρύπανση από πλαστικά	2.	Πυρκαγιές
3.	Ρύπανση από πλαστικά	3.	Απώλεια Βιοποικιλότητας	3.	Απώλεια Βιοποικιλότητας
4.	Αποψίλωση των δασών	4.	Ατμοσφαιρική ρύπανση	4.	Ατμοσφαιρική ρύπανση
5.	Ατμοσφαιρική ρύπανση	5.	Αποψίλωση των δασών	5.	Ρύπανση από πλαστικά
6.	Ξηραίες	6.	Πυρκαγιές	6.	Αποψίλωση των δασών
7.	Πυρκαγιές	7.	Ξηραίες	7.	Κύματα καύσινα
8.	Κύματα καύσινα	8.	Ανοδος της στάθμης της θάλασσας	8.	Πλημμύρες
9.	Ανοδος της στάθμης της θάλασσας	9.	Κύματα καύσινα	9.	Ανοδος της στάθμης της θάλασσας
10.	Πλημμύρες	10.	Πλημμύρες	10.	Ξηραίες

### 2.3.2 Κατάταξη των περιβαλλοντικών προβλημάτων με βάση τα επίπεδα ανησυχίας (Νέοι vs Εργαζόμενοι στον τομέα της νεολαίας)

Κατάταξη	ΝΕΟΙ	Κατάταξη	ΕΡΓΑΖΟΜΕΝΟΙ ΤΟΝ ΕΡΓΑΖΟΜΕΝΟΝ ΣΤΟΝ ΤΟΜΕΑ ΤΗΣ ΝΕΟΛΑΙΑΣ
1.	Κλιματική αλλαγή	1.	Κλιματική αλλαγή
2.	Απώλεια Βιοποικιλότητας	2.	Ρύπανση από πλαστικά
3.	Ρύπανση από πλαστικά	3.	Ατμοσφαιρική ρύπανση
4.	Ατμοσφαιρική ρύπανση	4.	Πυρκαγιές
5.	Αποψίλωση των δασών	5.	Κύματα καύσινα
6.	Πυρκαγιές	6.	Αποψίλωση των δασών
7.	Ξηραίες	7.	Απώλεια Βιοποικιλότητας
8.	Ανοδος της στάθμης της θάλασσας	8.	Πλημμύρες
9.	Κύματα καύσινα	9.	Ξηραίες
10.	Πλημμύρες	10.	Ανοδος της στάθμης της θάλασσας

### Συζήτηση για τα αποτελέσματα

#### Κατάταξη των περιβαλλοντικών προβλημάτων με βάση τα επίπεδα ανησυχίας (Νέοι ανά χώρα)

Υπάρχουν πολλά περιβαλλοντικά προβλήματα που επηρεάζουν τον κόσμο, πολλά από τα οποία συμβαίνουν ταυτόχρονα. Ωστόσο, ορισμένα γίνονται πιο έντονα αισθητά από τους νέους σε σύγκριση με άλλα. Ζητήσαμε από τους νέους να κατατάξουν έναν κατάλογο περιβαλλοντικών προβλημάτων με βάση τα επίπεδα ανησυχίας που τους προκαλούν, με τα πιο ανησυχητικά να βρίσκονται στην κορυφή. Σε όλες τις χώρες, η κλιματική αλλαγή συγκέντρωσε την υψηλότερη βαθμολογία ανησυχίας. Αυτό ευθυγραμμίζεται με άλλες μελέτες που δείχνουν υψηλά επίπεδα ανησυχίας για την κλιματική αλλαγή σε παγκόσμιο επίπεδο (Urban, 2016). Επιπλέον, η ανησυχία για την κλιματική αλλαγή μπορεί να τροφοδοτείται από τα χαμηλά επίπεδα ελέγχου της πρόκλησης (Bostrom et al., 2018), γεγονός που μπορεί να την εντείνει.

Μετά την κλιματική αλλαγή συμπεριλήφθηκε η ρύπανση από πλαστικό και για τις 3 χώρες. Αυτά τα υψηλά επίπεδα ανησυχίας για ρύπανση από πλαστικό μπορούν να αποδοθούν στην ορατότητα της ρύπανσης και στις άμεσες επιπτώσεις της στη θαλάσσια ζωή (Nuojma et al., 2022). Για τους νέους στην Ελλάδα, οι πυρκαγιές κατέχουν επίσης υψηλή θέση σε σύγκριση με τις άλλες δύο χώρες. Αυτό είναι αναμενόμενο, δεδομένου ότι η Ελλάδα έχει υποστεί περιόδους πυρκαγιών τα τελευταία χρόνια (Koumoundou, 2023- Rovithakis et al., 2022). Για τους νέους τόσο στην Ιταλία όσο και στην Ελλάδα, η ατμοσφαιρική ρύπανση κατέλαβε επίσης συγκριτικά υψηλή θέση. Ενώ η ποιότητα του αέρα στην Ιταλία και την Ελλάδα είναι γενικά πολύ καλή (Air Quality Index, 2024), η ατμοσφαιρική ρύπανση εξακολουθεί να αποτελεί πρόβλημα για τις περισσότερες αστικές περιοχές στην Ευρώπη (Sicard et al., 2021). Για τη νεολαία στη Γαλλία, η απώλεια της βιοποικιλότητας κατατάσσεται συγκριτικά ψηλά. Σύμφωνα με μια μεγάλη έρευνα που πραγματοποιήθηκε στη Γαλλία το 2022, οι Γάλλοι ανησυχούν όλο και περισσότερο για την απώλεια της βιοποικιλότητας. Το 94% των ερωτηθέντων δήλωσαν ότι θεωρούν σημαντικό να αναλάβουν δράση για την προστασία και την αποκατάσταση της βιοποικιλότητας. Το περιβαλλοντικό πρόβλημα με τη χαμηλότερη κατάταξη





ήταν οι πλημμύρες, γεγονός που μπορεί να οφείλεται στο χρονικό πλαίσιο αυτής της επίπτωσης της κλιματικής αλλαγής: ενώ οι πλημμύρες αναμένεται να επηρεάσουν τις χώρες τις επόμενες δεκαετίες λόγω της ανόδου της στάθμης της θάλασσας, άλλα περιβαλλοντικά προβλήματα είναι ήδη απτά.

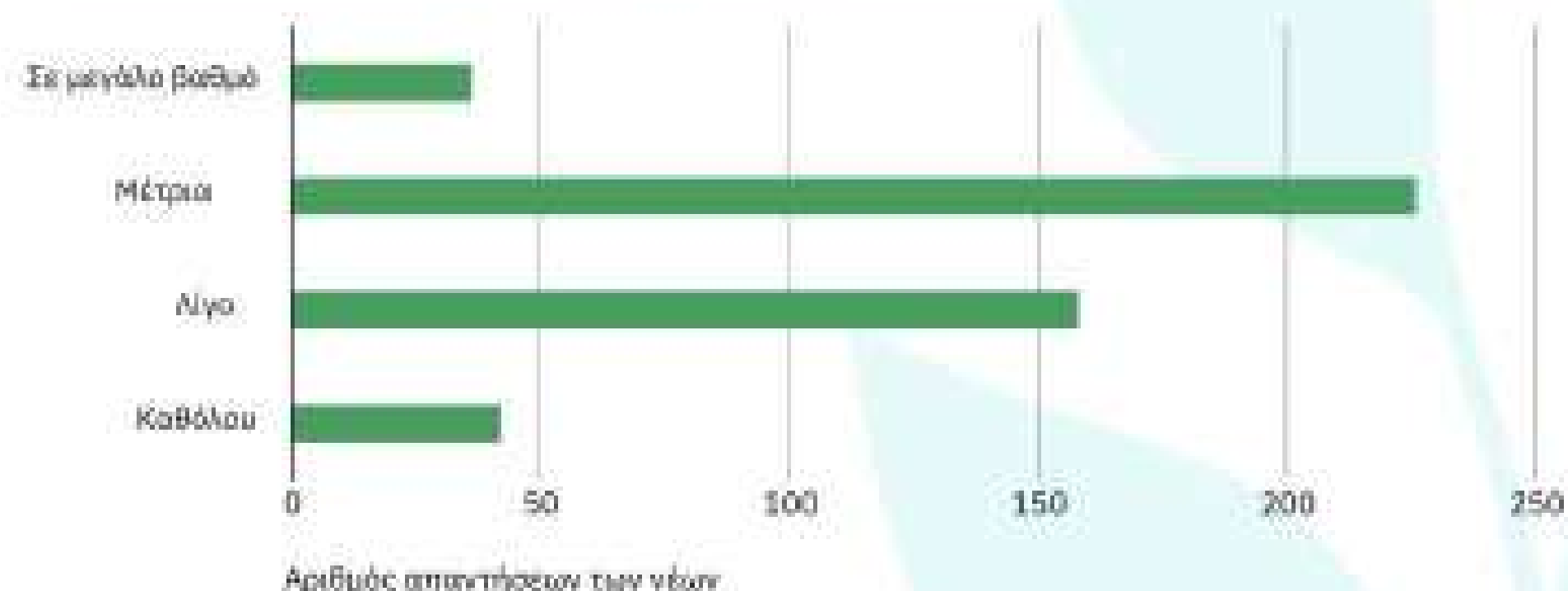
Συνολικά, τα ευρήματα αυτά υποδηλώνουν ότι η υποστήριξη των νέων στην Ιταλία, την Ελλάδα και τη Γαλλία για την αντιμετώπιση του οικολογικού τους άγχους θα πρέπει να επικεντρώνεται πρωτίστως στις ανησυχίες τους για την κλιματική αλλαγή, αλλά να λαμβάνει επίσης υπόψη τις ανησυχίες για άλλα περιβαλλοντικά ζητήματα.

#### **Κατάταξη των περιβαλλοντικών προβλημάτων με βάση τα επίπεδα ανησυχίας (των νέων σε σύγκριση με τις εκτιμήσεις των εργαζομένων στον τομέα της νεολαίας)**

Ζητήθηκε επίσης από τους εργαζόμενους στον τομέα της νεολαίας να κάνουν εκτιμήσεις σχετικά με το πώς θα κατατάσσονταν αυτές οι κατηγορίες από τους νέους. Οι εργαζόμενοι στον τομέα της νεολαίας εκτίμησαν σωστά ότι η κλιματική αλλαγή και η ρύπανση από πλαστικό κατατάσσονται ψηλά για τους νέους. Ωστόσο, θέματα, όπως η απώλεια της βιοποικιλότητας και η άνοδος της στάθμης της θάλασσας αξιολογήθηκαν ως πολύ λιγότερο σημαντικά για τους νέους από ό,τι ήταν στην πραγματικότητα. Αυτό αποδεικνύει ότι οι εργαζόμενοι στον τομέα της νεολαίας δεν έχουν πλήρη επίγνωση της σχέσης μεταξύ των περιβαλλοντικών προβλημάτων και του οικολογικού άγχους των νέων. Τα ευρήματα αυτά μπορούν να δώσουν πληροφορίες για την κατάρτιση των εργαζομένων στον τομέα της νεολαίας σχετικά με τον τρόπο υποστήριξης των νέων ως προς το οικολογικό τους άγχος. Μια τέτοια κατάρτιση μπορεί να ευαισθητοποιήσει τους εργαζόμενους στον τομέα της νεολαίας σχετικά με τα επίπεδα ανησυχίας των νέων για τα διάφορα περιβαλλοντικά προβλήματα. Αυτή η γνώση θα βοηθήσει τους παραπάνω επαγγελματίες να κατανοήσουν καλύτερα το οικολογικό άγχος των νέων και να τους υποστηρίξουν στη διαχείριση των συναισθημάτων τους.

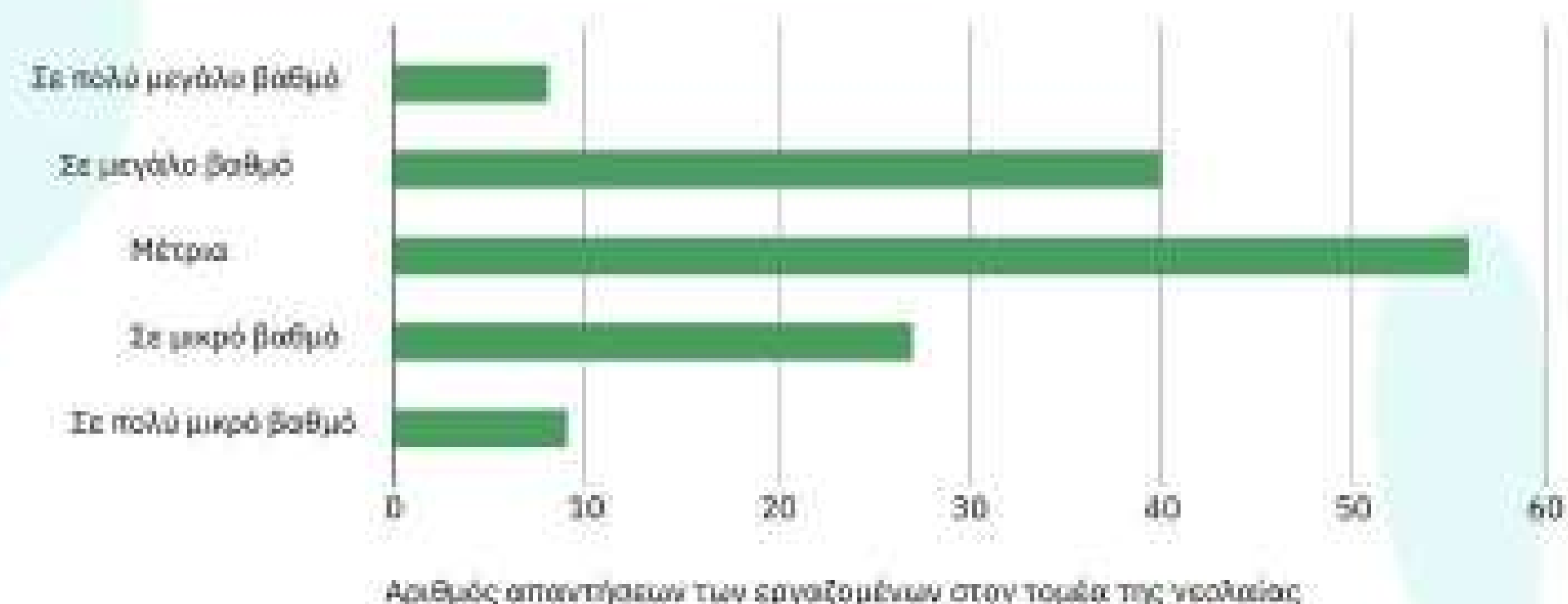
### 2.3.3α Υποστήριξη ως προς το οικολογικό άγχος - Βασικές πληροφορίες από τους νέους

Όσον αφορά αυτές τις συναισθηματικές αντιδράσεις απέναντι στο οικολογικό άγχος, αισθάνεστε ότι οι εργαζόμενοι στο χώρο της νεολαίας σας ακούν και κατανοούν επαρκώς;



### 2.3.4α Υποστήριξη ως προς το οικολογικό άγχος - Βασικές πληροφορίες από τους εργαζόμενους στον τομέα της νεολαίας

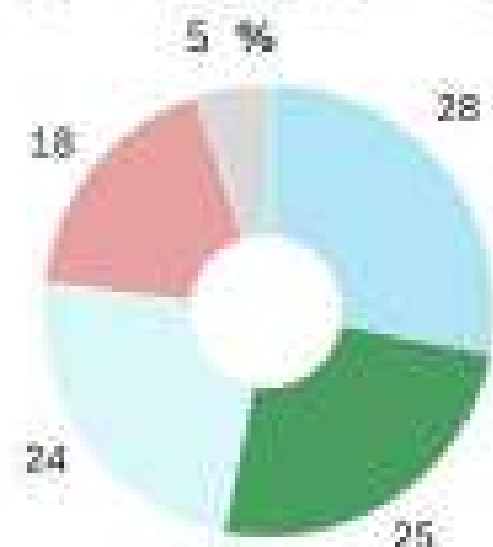
Στο πλαίσιο του επαγγέλματός σας, σε ποιο βαθμό πιστεύετε ότι μπορείτε να υποστηρίξετε τους νέους που βιώνουν οικολογικό άγχος;



### 2.3.3β Υποστήριξη ως προς το οικολογικό άγχος - Βασικές πληροφορίες από τους νέους

Ποιες μορφές υποστήριξης/πόρων θα θέλατε να λάβετε για να σας βοηθήσουν να διαχειριστείτε καλύτερα το βίωμα του οικολογικού σας άγχους;

Μορφές υποστήριξης / πόροι

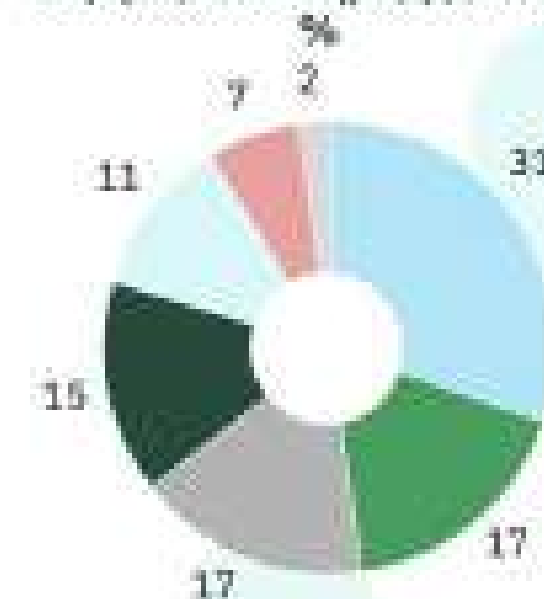


- Εκπαίδευση ως προς το οικολογικό άγχος
- Συνεδρίες και συζητήσεις ("κλιματικά καφέ") για να συζητηθούν τα περιβαλλοντικά συναισθήματα
- Περιβαλλοντικές δραστηριότητες με εργαζόμενους στον τομέα της νεολαίας
- Δραστηριότητες διαλογισμού και ηρεμίας
- Άλλο

### 2.3.4β Υποστήριξη ως προς το οικολογικό άγχος - Βασικές πληροφορίες από τους εργαζόμενους στον τομέα της νεολαίας

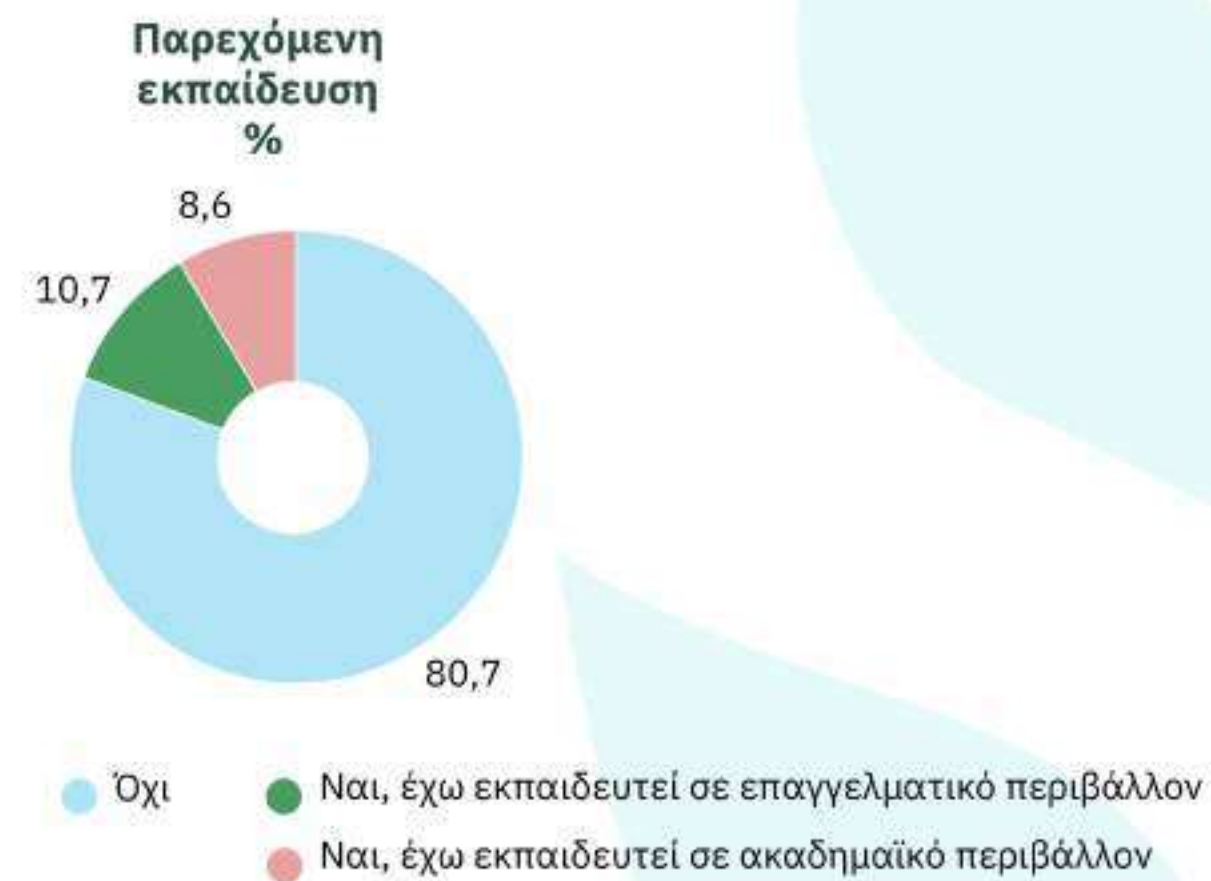
Ποια μορφή υποστήριξης/πόρων θα θέλατε να λάβετε ως εργαζόμενος στον τομέα της νεολαίας για να σας βοηθήσει να διαχειριστείτε καλύτερα το οικολογικό άγχος που βιώνουν οι νέοι με τους οποίους δουλεύετε μαζί;

Μορφές υποστήριξης / πόροι



- Εκπαίδευση ως προς το οικολογικό άγχος
- Παιδαγωγικές δράσεις για την ανάπτυξη δραστηριοτήτων που θα βοηθήσουν τους νέους να αναπτύξουν συνειδητή συμμετοχή στις περιβαλλοντικές προκλήσεις
- Παιδαγωγικά εργαλεία για την διασφήμιση περιβαλλοντικών ζητημάτων
- Παιδαγωγικά εργαλεία που θα βοηθήσουν τους νέους στην αναγνώριση και στην έκφραση των συναισθημάτων τους
- Βιβλιογραφικές αναφορές για το οικολογικό άγχος (βιβλία, βίντεο, podcasts κ.λπ.)
- Οδηγοί δραστηριοτήτων για εναλλακτικές πρακτικές όπως ο διαλογισμός
- Άλλο

### 2.3.5 Εκπαίδευση του οικολογικού άγχους στους εργαζομένους στον τομέα της νεολαίας



### Συζήτηση για τα αποτελέσματα

#### Υποστήριξη του οικολογικού άγχους για τη νεολαία

Η έρευνά μας αποκάλυψε ότι οι περισσότεροι νέοι αισθάνονται ότι ακούγονται **μέτρια** από τους εργαζομένους στον τομέα της νεολαίας όσον αφορά το οικολογικό άγχος. Οι νέοι ανέφεραν ότι θα ήθελαν να λάβουν εκπαίδευση για το οικολογικό άγχος, συνεδρίες και “κλιματικά καφέ” για να συζητήσουν το οικολογικό τους άγχος και να συμμετάσχουν σε περιβαλλοντικές δραστηριότητες με τους λειτουργούς νεολαίας.

#### Υποστήριξη του οικολογικού άγχους για τους εργαζομένους στον τομέα της νεολαίας

Οι περισσότεροι από τους λειτουργούς νεολαίας αισθάνονταν επίσης **ουδέτεροι** ως προς τις δικές τους δυνατότητες να υποστηρίξουν τους νέους με οικολογικό άγχος. Πάνω από το 80% των εργαζομένων στον τομέα της νεολαίας δεν έχουν λάβει καμία μορφή κατάρτισης σχετικά με το οικολογικό άγχος, ενώ οι εργαζόμενοι στον τομέα της νεολαίας δηλώνουν ότι θα ήθελαν να λάβουν **κατάρτιση σχετικά με το οικολογικό άγχος**. Άλλη υποστήριξη και πόροι που θα ήθελαν να λάβουν οι συγκεκριμένοι επαγγελματίες είναι η διοργάνωση παιδαγωγικών δραστηριοτήτων για την καθοδήγηση περιβαλλοντικά ελκυστικών δράσεων με τους νέους, καθώς και συνεδριών και συναντήσεων για τη συζήτηση των περιβαλλοντικών συναισθημάτων.

Τα ευρήματα αυτά καταδεικνύουν την ανάγκη ανάπτυξης περισσότερων πόρων και μορφών υποστήριξης για τους νέους και τους εργαζομένους στον τομέα της νεολαίας για την αντιμετώπιση του οικολογικού άγχους στη νεολαία. Οι γνώσεις αυτές θα τροφοδοτήσουν την ανάπτυξη των πόρων που παράγονται στο πλαίσιο του έργου EcoReactEU.

Οι απαντήσεις σε ανοικτές ερωτήσεις σχετικά με το θέμα αυτό βρίσκονται στο παράρτημα της έκθεσης.

# Κύριες συστάσεις

**Συνέπειες των πορισμάτων: ευαισθητοποίηση των επαγγελματιών στον τομέα της νεολαίας σχετικά με το οικολογικό άγχος των νέων.**

Τα ευρήματα αυτής της μελέτης παρέχουν βασικές πληροφορίες για το οικολογικό άγχος των νέων, καθώς και για την κατανόηση του οικολογικού άγχους των νέων από τους εργαζόμενους στον τομέα της νεολαίας. Εδώ συζητάμε τις επιπτώσεις των ευρημάτων.

**Η κλιματική αλλαγή είναι το νούμερο #1 περιβαλλοντικό πρόβλημα που προκαλεί ανησυχία στους νέους και οι εργαζόμενοι στον τομέα της νεολαίας το γνωρίζουν αυτό.**

Τα ευρήματα αυτά υποδηλώνουν ότι η υποστήριξη των νέων στην Ιταλία, την Ελλάδα και τη Γαλλία για την αντιμετώπιση του οικολογικού τους άγχους θα πρέπει να επικεντρώνεται, πρωτίστως, στις ανησυχίες τους για την κλιματική αλλαγή, αλλά να λαμβάνει, επίσης, υπόψη τις ανησυχίες για άλλα περιβαλλοντικά ζητήματα. Ως εκ τούτου, συνιστούμε όταν οι εργαζόμενοι στον τομέα της νεολαίας παρέχουν υποστήριξη στους νέους όσον αφορά το οικολογικό τους άγχος, να δίνουν επαρκή χώρο για να συζητούνται οι ανησυχίες σχετικά με την κλιματική αλλαγή.

**Η κυβερνητική αδράνεια στα περιβαλλοντικά προβλήματα αποτελεί κύρια αιτία του οικολογικού άγχους των νέων.**

Κατά την αντιμετώπιση του οικολογικού άγχους, είναι σημαντικό να εξεταστούν (1) η κυβερνητική αδράνεια, (2) η έκθεση στα μέσα ενημέρωσης και (3) οι αντιλαμβανόμενες επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής, καθώς αυτές θεωρούνται ως οι κινητήριες δυνάμεις του οικολογικού άγχους μεταξύ των νέων. Παρόλο που οι παράγοντες αυτοί μπορεί να είναι δύσκολο να αντιμετωπιστούν από τους εργαζόμενους στον τομέα της νεολαίας, θα είναι σημαντικό να αναγνωριστεί η επιρροή αυτών των παραγόντων στο άγχος των νέων και μπορεί να αποτελέσουν βασικά θέματα προς συζήτηση, κατά την υποστήριξή τους.

**Οι εργαζόμενοι στον τομέα της νεολαίας αναφέρουν υψηλότερα επίπεδα συναισθημάτων οικολογικού άγχους σε σύγκριση με τους νέους.**

Τα ευρήματα αυτά υπογραμμίζουν ότι όχι μόνο οι νέοι χρειάζονται υποστήριξη για την αντιμετώπιση του οικολογικού τους άγχους, αλλά και οι ίδιοι οι εργαζόμενοι στον τομέα της νεολαίας έχουν ανάγκη από βοήθεια για να χρειάζονταν υγιείς μηχανισμούς αντιμετώπισης του οικολογικού τους άγχους. Είναι σημαντικό να υποστηριχθούν οι λειτουργοί νεολαίας ως προς το οικολογικό τους άγχος για να διασφαλιστούν η ανθεκτικότητά τους και η ικανότητά τους να υποστηρίξουν τους νέους.

### **Οι λειτουργοί νεολαίας μπορούν να εκτιμήσουν με ακρίβεια τα συναισθήματα οικολογικού άγχους στους νέους.**

Αυτή η συναισθηματική ευθυγράμμιση είναι πιθανό να ωφελήσει την ικανότητα των εργαζομένων στον τομέα της νεολαίας να υποστηρίζουν τους νέους ως προς το οικολογικό τους άγχος. Κατά την κατάρτιση των εργαζομένων στον τομέα της νεολαίας, σχετικά με το οικολογικό άγχος των νέων, μπορεί να λειτουργήσει ως κίνητρο η παροχή ενημέρωσης προς τους εργαζόμενους στον τομέα της νεολαίας ότι έχουν καλή εικόνα για τα συναισθήματα οικολογικού άγχους των νέων και ότι μπορούν να αξιοποιήσουν αυτές τις γνώσεις για να υποστηρίξουν τους νέους με τους οποίους δουλεύουν μαζί.

### **Οι νέοι χρησιμοποιούν στην καθημερινή τους ζωή την αντιμετώπιση που επικεντρώνεται στο νόημα και την αντιμετώπιση που επικεντρώνεται στο πρόβλημα, συνδυαστικά. Οι εργαζόμενοι στον τομέα της νεολαίας το γνωρίζουν αυτό.**

Εφόσον έχει διαπιστωθεί ότι πρόκειται για αποτελεσματικούς μηχανισμούς αντιμετώπισης, τα ευρήματα αυτά είναι ενθαρρυντικά και μπορούν να αποτελέσουν πηγή ενημέρωσης για τους λειτουργούς νεολαίας ώστε να παρακινήσουν περαιτέρω την υιοθέτηση μηχανισμών αντιμετώπισης με εστίαση στο νόημα, μεταξύ των νέων. Οι εργαζόμενοι στον τομέα της νεολαίας μπορούν να συζητήσουν τους μηχανισμούς αντιμετώπισης με τους νέους και να τους παρέχουν απτές προτάσεις για τη μεγαλύτερη ενίσχυση των μηχανισμών αντιμετώπισης με εστίαση στο νόημα.

### **Τόσο οι εργαζόμενοι στον τομέα της νεολαίας όσο και οι νέοι θα ήθελαν να έχουν περισσότερη κατάρτιση σχετικά με το οικολογικό άγχος.**

Τα ευρήματα αυτά καταδεικνύουν την ανάγκη για την ανάπτυξη περισσότερων πόρων και μορφών υποστήριξης προς τους νέους και τους εργαζόμενους στον τομέα της νεολαίας για την αντιμετώπιση του οικολογικού άγχους στη νεολαία. Ως εκ τούτου, οι ακόλουθες συστάσεις παρουσιάζουν τις μορφές με τις οποίες μπορεί να παρασχεθεί αυτή η υποστήριξη.

### **Δημιουργία χώρων για συζητήσεις σχετικά με το οικολογικό άγχος.**

Όπως αποδεικνύεται από τα αποτελέσματα και την ανάλυση της παρούσας μελέτης, οι λειτουργοί νεολαίας, σε πολλές περιπτώσεις, δεν είναι σε θέση να εκτιμήσουν με ακρίβεια τα συναισθήματα, τα επίπεδα και τις αιτίες του οικολογικού άγχους των νέων. Για να εξαλειφθεί αυτό, προτείνουμε την ενίσχυση κατάρτισης σχετικά με το οικολογικό άγχος στους νέους και τη δημιουργία περισσότερων χώρων για λεπτομερή συζήτηση των συναισθημάτων - όπως υποστηρίζεται από τα αποτελέσματα αυτής της έρευνας. Χώροι όπως οι καφετέριες και οι συζητήσεις στορρογγυλής τραπέζης είναι χρήσιμοι για την πρώτη επικύρωση των συναισθημάτων στους νέους, ενώ παράλληλα παρέχουν πληροφορίες για την εξειδικευμένη και μοναδική εμπειρία οικολογικού άγχους που νιώθουν οι νέοι. Με τη δημιουργία αυτών των χώρων, εγκαινιάζεται μια ανοιχτή και χωρίς αποκλεισμούς πορεία όπου οι λειτουργοί νεολαίας μπορούν να εισάγουν, με δημιουργικό τρόπο, ασκήσεις δέσμευσης για να προωθήσουν τη δράση των νέων και να μετατρέψουν το οικολογικό τους άγχος σε δράση. Συναφώς, η μελέτη μας έδειξε, επίσης, ότι οι ίδιοι οι εργαζόμενοι στον τομέα της νεολαίας βιώνουν οικολογικό άγχος σε ορισμένο βαθμό, χώροι, όπως οι παραπάνω, μπορούν να προσφέρουν αμοιβαία υποστήριξη όπου η φιλική προς το περιβάλλον δράση εμπνέει κινητοποίηση και ανθεκτικότητα.

### **Ανάπτυξη εργαλείων για την αξιολόγηση της υποστήριξης του οικολογικού άγχους.**

Τώρα που από την παρούσα μελέτη διαπιστώθηκε ένα κενό στην κατανόηση του οικολογικού άγχους των νέων από τους λειτουργούς νεολαίας, συνιστούμε ένα περαιτέρω βήμα προς την ανάπτυξη εργαλείων που αξιολογούν την πρόοδο του οικολογικού άγχους για τη διαχείριση και την υποστήριξη, ιδίως για τους λειτουργούς νεολαίας. Αυτά θα μπορούσαν να είναι μέθοδοι παρατήρησης ή καλά καθορισμένα εργαλεία μέτρησης που αξιολογούν τους νέους με οικολογικό άγχος και τα ποσοστά βελτίωσης μετά από συνεχή ενασχόληση.

### **Συμμετοχή άλλων κύριων ενδιαφερομένων μερών για τη νεολαία.**

Πέρα από την τυπική εκπαίδευση, η άτυπη και η μη τυπική εκπαίδευση είναι πολύ σημαντικές για την κατανόηση του οικολογικού άγχους στο σύνολό της. Οι γονείς καθώς και οι κοινοτικές οργανώσεις που εργάζονται με τους νέους πρέπει να συμπεριληφθούν στις στρατηγικές υποστήριξης του οικολογικού άγχους. Η μελέτη μας αποκάλυψε ότι οι περισσότεροι από τους νέους που συμμετείχαν χρησιμοποίησαν την αντιμετώπιση με εστίαση στο πρόβλημα για τη διαχείριση του οικολογικού τους άγχους, ενώ άλλες μελέτες δείχνουν ότι η αντιμετώπιση με επίκεντρο το νόημα είναι ιδανικότερη και οδηγεί σε καλύτερη ανθεκτικότητα. Αυτή η μετάβαση σε μια περισσότερο εστιασμένη στο νόημα αντιμετώπιση θα απαιτήσει περισσότερα, από τις προσπάθειες των λειτουργών νεολαίας, και έτσι, η εμπλοκή και η υποστήριξη των νέων σε όλους τους χώρους στους οποίους συμμετέχουν, όπως το σπίτι, η κοινότητα και οι σχολικές αίθουσες, θα τους βοηθήσει σε μεγάλο βαθμό να αντιμετωπίσουν το άγχος χρησιμοποιώντας πιο προτιμητέους μηχανισμούς.



# Συμπεράσματα

Αυτή η μελέτη EcoReactEU είναι η πρώτη έρευνα για το οικολογικό άγχος που διεξάγεται για την κατανόηση των συναισθημάτων, των επιπέδων, των αιτιών και των μηχανισμών αντιμετώπισης του οικολογικού άγχους στους νέους, η οποία ενσωματώνει τις προοπτικές των εργαζομένων στον τομέα της νεολαίας. Διαπιστώσαμε ότι ο βαθμός στον οποίο οι λειτουργοί νεολαίας μπορούν να εκτιμήσουν αυτά τα χαρακτηριστικά στους νέους ποικίλλει. Όπως επισημάνθηκε σε μια άλλη μεγάλη μελέτη, των Hickman et al (2021), η αδράνεια της κυβέρνησης σε περιβαλλοντικά ζητήματα παραμένει η κύρια αιτία του οικολογικού άγχους στους νέους. Η κλιματική αλλαγή είναι ένα περιβαλλοντικό πρόβλημα υψηλής προτεραιότητας για τους νέους στις τρεις χώρες που ερευνήσαμε, προκαλώντας μεγάλη ανησυχία. Τόσο οι εργαζόμενοι στον τομέα της νεολαίας όσο και οι νέοι ενδιαφέρονται τόσο για εκπαίδευση σε θέματα οικολογικού άγχους που θα τους βοηθήσει να κατανοήσουν καλύτερα το φαινόμενο όσο και για περισσότερους ανοιχτούς χώρους συζήτησης.

Αξίζει να αναφερθεί ότι, με βάση τα δεδομένα μας, οι νέοι ένιωθαν να ακούγονται μέτρια από τους λειτουργούς νεολαίας όσον αφορά το οικολογικό τους άγχος, και, συναφώς, οι εργαζόμενοι στο χώρο της νεολαίας ένιωθαν επίσης μέτρια ως προς την ικανότητά τους να υποστηρίζουν τους νέους κατά την εμπειρία του οικολογικού τους άγχους. Η παρατήρηση αυτή είναι, επίσης, ευδιάκριτη σε άλλες πτυχές της έρευνας, όπου οι εκτιμήσεις των εργαζομένων στον τομέα της νεολαίας αναφορικά με τους μηχανισμούς αντιμετώπισης και τις αιτίες του οικολογικού άγχους δεν ταυτίζονταν με τις αναφορές των νέων. Ως βασική σύσταση, οι ευκαιρίες για την προώθηση μεγαλύτερης σύνδεσης μεταξύ των νέων και των εργαζομένων στον τομέα της νεολαίας θα είναι επωφελείς και για τα δύο μέρη, ώστε να ενισχυθεί η διορατικότητα των λειτουργών νεολαίας σχετικά με τις εμπειρίες οικολογικού άγχους των νέων. Αυτό μπορεί να επιτευχθεί μέσω της κατάρτισης και εξειδικευμένων δράσεων όπως οι συναντήσεις με σκοπό τη συζήτηση γύρω από το θέμα (π.χ. έξοδος για “κλιματικό” καφέ).

Η κατανόηση του οικολογικού άγχους των νέων και των στρατηγικών υποστήριξης με τους λειτουργούς στη νεολαία εξακολουθεί να μην έχει διερευνηθεί επαρκώς στη βιβλιογραφία, η παρούσα μελέτη παρέχει μία κρίσιμη βάση για περισσότερες περιφερειακές και παγκόσμιες έρευνες σχετικά με τις δυνατότητες των εργαζομένων στον τομέα της νεολαίας για την υποστήριξη των νέων. Η μελέτη μας αποκάλυψε επίσης, υψηλότερα επίπεδα συναισθημάτων οικολογικού άγχους στους εργαζόμενους στον τομέα της νεολαίας σε σύγκριση με τους νέους, μια ενδιαφέρουσα αποκάλυψη που απαιτεί μεγαλύτερη έμφαση στην υποστήριξη του οικολογικού άγχους για τους νέους και τους ενδιαφερόμενους φορείς τους. Προτείνουμε πρωτοβουλίες που περιλαμβάνουν, επιπλέον, γονείς και κοινοτικές οργανώσεις που εργάζονται με τους νέους για μια πιο ισχυρή δέσμευση. Τελικά, η μελέτη αυτή μας έδωσε πλούσιες πληροφορίες για τη σχέση μεταξύ των νέων και των εργαζομένων στον τομέα της νεολαίας και για τους πιθανούς τρόπους ανάπτυξης πρωτοβουλιών υποστήριξης εντός των εκπαιδευτικών πλαισίων.

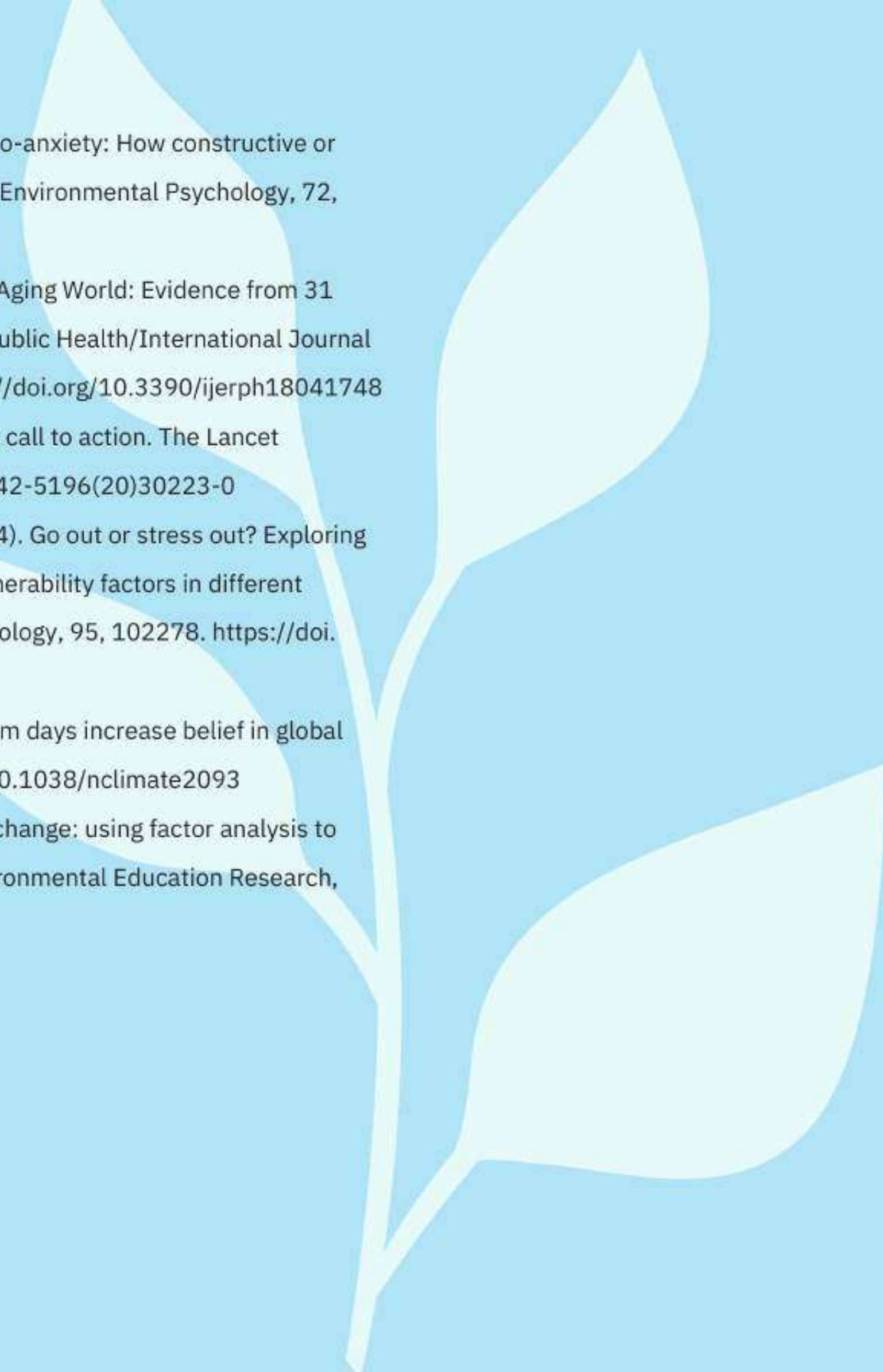
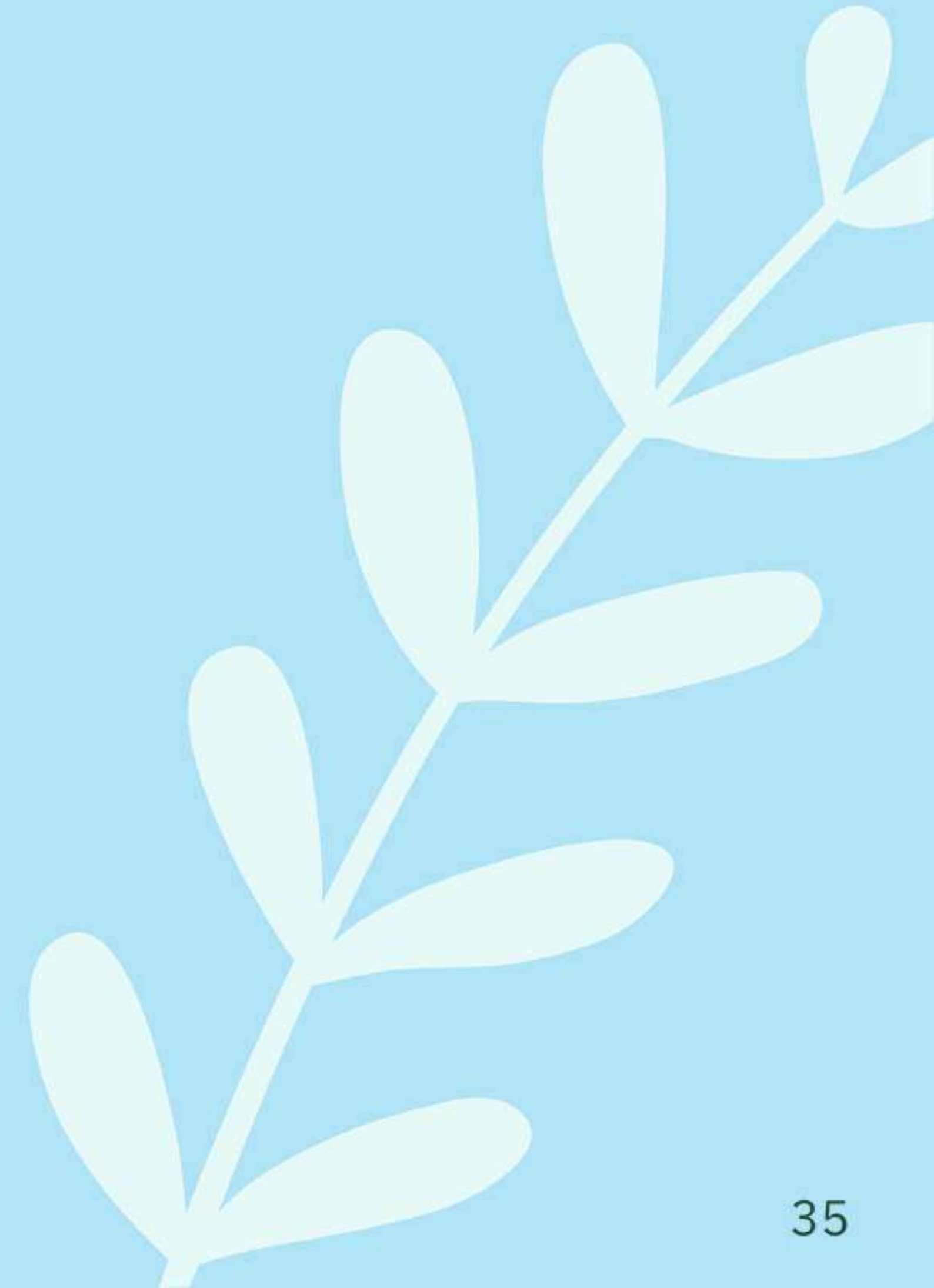
# Βιβλιογραφία

- Alldred, P., Cullen, F., Edwards, K., & Fusco, D. (2018). *The SAGE Handbook of Youth Work Practice*. SAGE Publications Ltd.
- Andre, P., Boneva, T., Chopra, F., & Falk, A. (2024). Misperceived Social Norms and Willingness to Act Against Climate Change. *Social Science Research Network*. <https://doi.org/10.2139/ssrn.4740469>
- AQI. (2024). AQI: Real-time Air Quality Index. <https://www.aqi.in/in>
- Baudon, P., & Jachens, L. (2021). A Scoping Review of Interventions for the Treatment of Eco-Anxiety. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(18), 9636. <https://doi.org/10.3390/ijerph18189636>
- Boggs, G. L., Wilson, N. S., Ackland, R. T., Danna, S., & Grant, K. B. (2016). Beyond The Lorax: Examining Children's Books on Climate Change. *The Reading Teacher*, 69(6), 665-675. <https://doi.org/10.1002/trtr.1462>
- Borden, L. M., Schlomer, G. L., & Wiggs, C. B. (2011). The Evolving Role of Youth Workers. *Journal of Youth Development*, 6(3), 124-136. <https://doi.org/10.5195/jyd.2011.179>
- Bostrom, A., Hayes, A. L., & Crosman, K. M. (2018). Efficacy, Action, and Support for Reducing Climate Change Risks. *Risk Analysis*, 39(4), 805-828. <https://doi.org/10.1111/risa.13210>
- Cianconi, P., Betrò, S., & Janiri, L. (2020). The Impact of Climate Change on Mental Health: A Systematic Descriptive Review. *Frontiers in Psychiatry*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.00074>
- Clayton, S. (2020). Climate anxiety: Psychological responses to climate change. *Journal of Anxiety Disorders*, 74, 102263. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2020.102263>
- Clayton, S., & Karazsia, B. T. (2020). Development and validation of a measure of climate change anxiety. *Journal of Environmental Psychology*, 69, 101434. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2020.101434>
- Crandon, T. J., Scott, J. G., Charlson, F. J., & Thomas, H. J. (2022). A social-ecological perspective on climate anxiety in children and adolescents. *Nature Climate Change*, 12(2), 123-131. <https://doi.org/10.1038/s41558-021-01251-y>
- Cunsolo, A., & Ellis, N. R. (2018). Ecological grief as a mental health response to climate change-related loss. *Nature Climate Change*, 8(4), 275-281. <https://doi.org/10.1038/s41558-018-0092-2>
- Cutter-Mackenzie, A., & Rousell, D. (2018). Education for what? Shaping the field of climate change education with children and young people as co-researchers. *Children's Geographies*, 17(1), 90-104. <https://doi.org/10.1080/14733285.2018.1467556>
- Doherty, T. J., & Clayton, S. (2011). The psychological impacts of global climate change. *American Psychologist*, 66(4), 265-276. <https://doi.org/10.1037/a0023141>
- Fleming, W., Hayes, A. L., Crosman, K. M., & Bostrom, A. (2020). Indiscriminate, Irrelevant, and Sometimes Wrong: Causal Misconceptions about Climate Change. *Risk Analysis*, 41(1), 157-178. <https://doi.org/10.1111/risa.13587>
- Gallay, E., Pykett, A., Smallwood, M., & Flanagan, C. (2020). Urban youth preserving the environmental commons: student learning in place-based stewardship education as citizen scientists. *Sustainable Earth*, 3(1), 3. <https://doi.org/10.1186/s42055-020-00026-1>
- Gifford, E., & Gifford, R. (2016). The largely unacknowledged impact of climate change on mental health. *Bulletin of the Atomic Scientists*, 72(5), 292-297. <https://doi.org/10.1080/00963402.2016.1216505>
- Hickman, C. (2020). We need to (find a way to) talk about ... Eco-anxiety. *Journal of Social Work Practice*, 34(4), 411-424. <https://doi.org/10.1080/02650533.2020.1844166>
- Hickman, C., Marks, E., Pihkala, P., Clayton, S., Lewandowski, R. E., Mayall, E. E., Wray, B., Mellor, C., & van Susteren, L. (2021). Climate anxiety in children and young people and their beliefs about

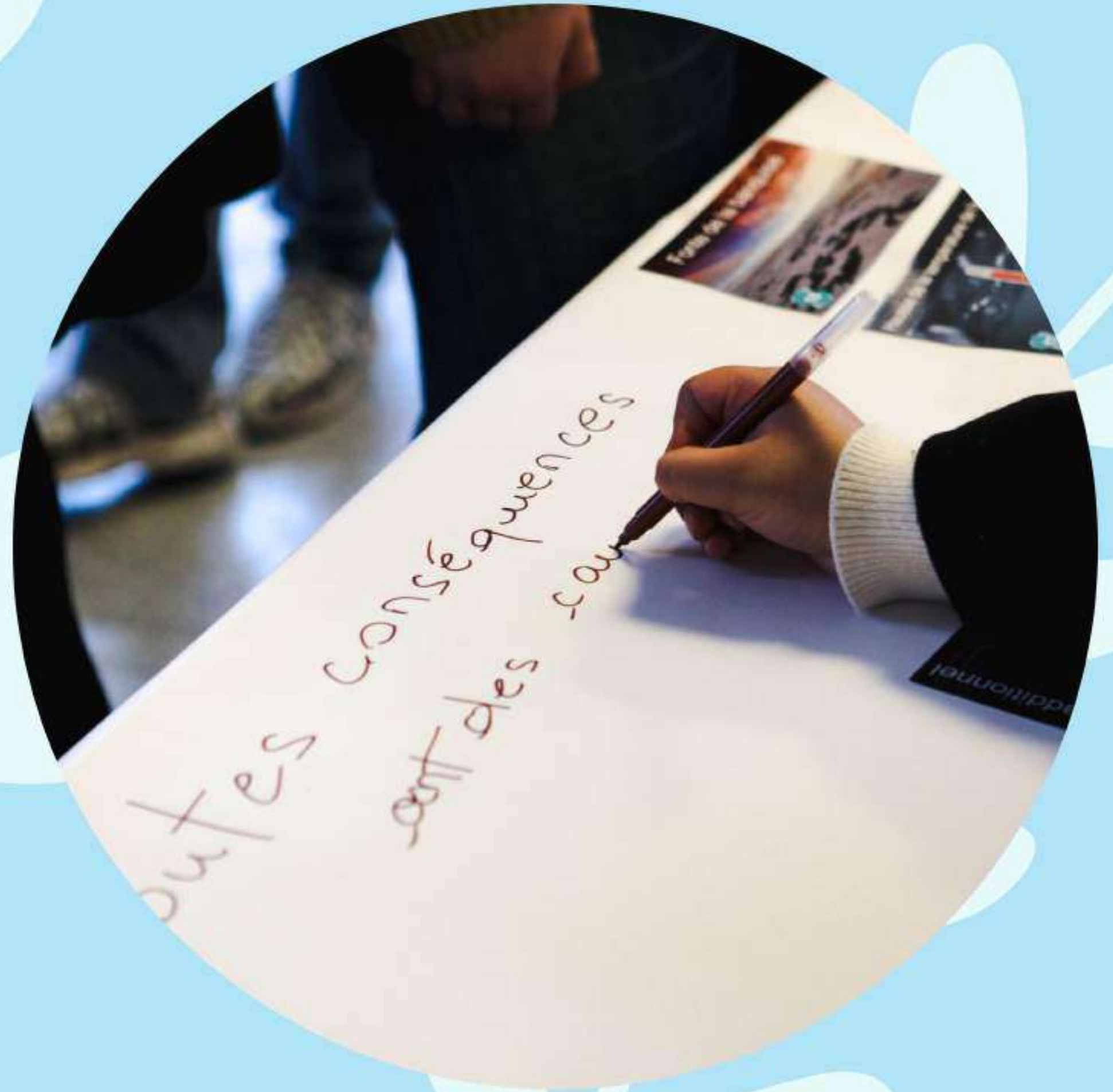


- government responses to climate change: a global survey. *The Lancet Planetary Health*, 5(12), e863-e873. [https://doi.org/10.1016/S2542-5196\(21\)00278-3](https://doi.org/10.1016/S2542-5196(21)00278-3)
- Hogg, T. L., Stanley, S. K., O'Brien, L. v., Wilson, M. S., & Watsford, C. R. (2021). The Hogg Eco-Anxiety Scale: Development and validation of a multidimensional scale. *Global Environmental Change*, 71, 102391. <https://doi.org/10.1016/j.gloenvcha.2021.102391>
- IPCC. (2022). *Climate Change 2022: Impacts, Adaptation, and Vulnerability. Contribution of Working Group II to the Sixth Assessment Report of the Intergovernmental Panel on Climate Change*. Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/9781009325844>
- Koundouri, P. (2023). Urgent call for comprehensive governmental climate action against wildfires in Greece. *Npj Climate Action*, 2(1). <https://doi.org/10.1038/s44168-023-00076-z>
- Jiménez, M. P., DeVille, N. V., Elliott, E. G., Schiff, J. E., Wilt, G. E., Hart, J. E., & James, P. (2021). Associations between Nature Exposure and Health: A Review of the Evidence. *International Journal Of Environmental Research And Public Health/International Journal Of Environmental Research And Public Health*, 18(9), 4790. <https://doi.org/10.3390/ijerph18094790>
- Le, A., & Kelly, S. W. (2024). 124. Rural vs. Urban Differences in Climate Change Anxiety and the Role of CIVIC Engagement Among California Adolescents. *Journal Of Adolescent Health*, 74(3), S67. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2023.11.323>
- Léger-Goodes, T., Malboeuf-Hurtubise, C., Mastine, T., Généreux, M., Paradis, P.-O., & Camden, C. (2022). Eco-anxiety in children: A scoping review of the mental health impacts of the awareness of climate change. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.872544>
- Li, C. J., & Monroe, M. C. (2019). Exploring the essential psychological factors in fostering hope concerning climate change. *Environmental Education Research*, 25(6), 936-954. <https://doi.org/10.1080/13504622.2017.1367916>
- Ma, T., Moore, J., & Cleary, A. (2022). Climate change impacts on the mental health and wellbeing of young people: A scoping review of risk and protective factors. *Social Science & Medicine*, 301, 114888. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2022.114888>
- Nuojua, S., Cracknell, D., & Pahl, S. (2022). Human Behavior and Marine Plastic Pollution. In *Plastics and the Ocean: Origin, Characterization, Fate, and Impacts* (pp. 429-454). <https://doi.org/10.1002/9781119768432.ch15>
- Office français de la biodiversité. (2023). The French are increasingly concerned about biodiversity issues. [https://www.ofb.gouv.fr/en/actualites/french-are-increasingly-concerned-about-biodiversity-issues#\\_ftn1](https://www.ofb.gouv.fr/en/actualites/french-are-increasingly-concerned-about-biodiversity-issues#_ftn1)
- Ogunbode, C. A., Doran, R., Hanss, D., Ojala, M., Salmela-Aro, K., Van Den Broek, K. L., Bhullar, N., Aquino, S. D., Marot, T. A., Schermer, J. A., Włodarczyk, A., Lu, S., Jiang, F., Maran, D. A., Yadav, R., Ardi, R., Chegeni, R., Ghanbarian, E., Zand, S.,.... Karasu, M. (2022). Climate anxiety, wellbeing and pro-environmental action: correlates of negative emotional responses to climate change in 32 countries. *Journal Of Environmental Psychology*, 84, 101887. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2022.101887>
- Ogunbode, C. A., Pallesen, S., Böhm, G., Doran, R., Bhullar, N., Aquino, S., Marot, T., Schermer, J. A., Włodarczyk, A., Lu, S., Jiang, F., Salmela-Aro, K., Hanss, D., Maran, D. A., Ardi, R., Chegeni, R., Tahir, H., Ghanbarian, E., Park, J., ... Lomas, M. J. (2021). Negative emotions about climate change are related to insomnia symptoms and mental health: Cross-sectional evidence from 25 countries. *Current Psychology*, 42(2), 845-854. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-01385-4>
- Ojala, M. (2012a). How do children cope with global climate change? Coping strategies, engagement, and well-being. *Journal of Environmental Psychology*, 32(3), 225-233. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2012.02.004>
- Ojala, M. (2012b). Regulating worry, promoting hope: How do children, adolescents, and young adults cope with climate change? *The International Journal of Environmental and Science Education*, 7(4), 537-561.
- Ojala, M. (2013). Coping with Climate Change among Adolescents: Implications for Subjective Well-Being and Environmental Engagement. *Sustainability*, 5(5), 2191-2209. <https://doi.org/10.3390/su5052191>

- Ojala, M., & Bengtsson, H. (2018). Young People's Coping Strategies Concerning Climate Change: Relations to Perceived Communication With Parents and Friends and Pro Environmental Behavior. *Environment and Behavior*, 51(8), 907-935. <https://doi.org/10.1177/0013916518763894>
- Pihkala, P. (2020). Anxiety and the Ecological Crisis: An Analysis of Eco-Anxiety and Climate Anxiety. *Sustainability*, 12(19), 7836. <https://doi.org/10.3390/su12197836>
- Pihkala, P. (2022). Toward a Taxonomy of Climate Emotions. *Frontiers in Climate*, 3. <https://doi.org/10.3389/fclim.2021.738154>
- Pradhan, P., Seydewitz, T., Zhou, B., Lüdeke, M., & Kropp, J. P. (2022). Climate Extremes are Becoming More Frequent, Co-occurring, and Persistent in Europe. *Anthropocene Science*, 1(2), 264-277. <https://doi.org/10.1007/s44177-022-00022-4>
- Quintelier, E. (2007). Differences in political participation between young and old people. *Contemporary Politics*, 13(2), 165-180. <https://doi.org/10.1080/13569770701562658>
- Rocchi, G., Pileri, J., Luciani, F., Gennaro, A., & Lai, C. (2023). Insights into eco-anxiety in Italy: Preliminary psychometric properties of the Italian version of the Hogg Eco-anxiety Scale, age and gender distribution. *Journal of Environmental Psychology*, 92, 102180. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2023.102180>
- Rovithakis, A., Grillakis, M., Seiradakis, K., Giannakopoulos, C., Karali, A., Field, R. D., Lazaridis, M., & Voulgarakis, A. (2022). Future climate change impact on wildfire danger over the Mediterranean: the case of Greece. *Environmental Research Letters*, 17(4), 045022. <https://doi.org/10.1088/1748-9326/ac5f94>
- Sanson, A., & Dubicka, B. (2022). Editorial: The climate and ecological mental health emergency-evidence and action. *Child and Adolescent Mental Health*, 27(1), 1-3. <https://doi.org/10.1111/camh.12540>
- Sciberras, E., & Fernando, J. W. (2022). Climate change-related worry among Australian adolescents: an eight-year longitudinal study. *Child and Adolescent Mental Health*, 27(1), 22-29. <https://doi.org/10.1111/camh.12521>
- Searle, K., & Gow, K. (2010). Do concerns about climate change lead to distress? *International Journal of Climate Change Strategies and Management*, 2(4), 362-379. <https://doi.org/10.1108/17568691011089891>
- Sicard, P., Agathokleous, E., De Marco, A., Paoletti, E., & Calatayud, V. (2021). Urban population exposure to air pollution in Europe over the last decades. *Environmental Sciences Europe*, 33(1). <https://doi.org/10.1186/s12302-020-00450-2>
- Stanisławski, K. (2019). The Coping Circumplex Model: An Integrative Model of the Structure of Coping With Stress. *Frontiers in Psychology*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00694>
- Stanley, S. K., Hogg, T. L., Leviston, Z., & Walker, I. (2021). From anger to action: Differential impacts of eco-anxiety, eco-depression, and eco-anger on climate action and wellbeing. *The Journal of Climate Change and Health*, 1, 100003. <https://doi.org/10.1016/j.joclim.2021.100003>
- Stevenson, K., & Peterson, N. (2015). Motivating Action through Fostering Climate Change Hope and Concern and Avoiding Despair among Adolescents. *Sustainability*, 8(1), 6. <https://doi.org/10.3390/su8010006>
- The European House-Ambrosetti. (2023). Headway-A new roadmap in Mental Health. [Report]. In collaboration with Angelini Pharma. The European House-Ambrosetti. [https://eventi.ambrosetti.eu/headway/wp-content/uploads/sites/225/2022/09/220927\\_Headway\\_Mental-Health-Index-2.0\\_Report-1.pdf](https://eventi.ambrosetti.eu/headway/wp-content/uploads/sites/225/2022/09/220927_Headway_Mental-Health-Index-2.0_Report-1.pdf)
- Trott, C. D. (2019). Reshaping our world: Collaborating with children for community-based climate change action. *Action Research*, 17(1), 42-62. <https://doi.org/10.1177/1476750319829209>
- Tversky, A., & Kahneman, D. (1973). Availability: A heuristic for judging frequency and probability. *Cognitive Psychology*, 5(2), 207-232. [https://doi.org/10.1016/0010-0285\(73\)90033-9](https://doi.org/10.1016/0010-0285(73)90033-9)
- UNICEF. (2021). UNICEF Annual Report 2021. <https://www.unicef.org/reports/unicef-annual-report-2021>
- Urban, J. (2016). Are we measuring concern about global climate change correctly? Testing a novel measurement approach with the data from 28 countries. *Climatic Change*, 139(3-4), 397-411. <https://doi.org/10.1007/s10584-016-1812-0>
- Valle, L. M. I. (2023). Exploring Eco-anxiety: Experiences and Coping Strategies among Young People [Master's thesis, Tilburg University]. School of Humanities and Digital Sciences, Department of Communication and Cognition. <http://arno.uvt.nl/show.cgi?fid=162649>
- Verlie, B., Clark, E., Jarrett, T., & Supriyono, E. (2021). Educators' experiences and strategies for responding to ecological distress. *Australian Journal of Environmental Education*, 37(2), 132-146. <https://doi.org/10.1017/aee.2020.34>

- 
- 
- Verplanken, B., Marks, E., & Dobromir, A. I. (2020). On the nature of eco-anxiety: How constructive or unconstructive is habitual worry about global warming? *Journal of Environmental Psychology*, 72, 101528. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2020.101528>
- Wang, Y., Feng, H., & Liu, Y. (2021). Pro-Environmental Behavior in an Aging World: Evidence from 31 Countries. *International Journal Of Environmental Research And Public Health/International Journal Of Environmental Research And Public Health*, 18(4), 1748. <https://doi.org/10.3390/ijerph18041748>
- Wu, J., Snell, G., & Samji, H. (2020). Climate anxiety in young people: a call to action. *The Lancet Planetary Health*, 4(10), e435-e436. [https://doi.org/10.1016/S2542-5196\(20\)30223-0](https://doi.org/10.1016/S2542-5196(20)30223-0)
- Wullenkord, M., Johansson, M., Loy, L. S., Menzel, C., & Reese, G. (2024). Go out or stress out? Exploring nature connectedness and cumulative stress as resilience and vulnerability factors in different manifestations of climate anxiety. *Journal Of Environmental Psychology*, 95, 102278. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2024.102278>
- Zaval, L., Keenan, E. A., Johnson, E. J., & Weber, E. U. (2014). How warm days increase belief in global warming. *Nature Climate Change*, 4(2), 143-147. <https://doi.org/10.1038/nclimate2093>
- Zummo, L., Gargroetzi, E., & Garcia, A. (2020). Youth voice on climate change: using factor analysis to understand the intersection of science, politics, and emotion. *Environmental Education Research*, 26(8), 1207-1226.

# Παραρτήματα



## Παράρτημα 1α: Ερωτηματολόγιο μελέτης (Νέοι)

### Σημειώσεις:

- Το ερωτηματολόγιο χορηγήθηκε με τη χρήση του λογισμικού qualtrics- Η μορφοποίηση σε αυτό το παράρτημα δεν αντιπροσωπεύει τον τρόπο με τον οποίο το ερωτηματολόγιο εμφανίστηκε οπτικά για τους συμμετέχοντες.
- Η έρευνα μεταφράστηκε στα γαλλικά, τα ελληνικά και τα ιταλικά για την υποστήριξη των γλωσσικών προτιμήσεων.
- Δεδομένου ότι το οικολογικό άγχος σχετίζεται με πολλαπλά περιβαλλοντικά προβλήματα, συμπεριλάβαμε μερικά δημοφιλή παραδείγματα, όπως η κλιματική αλλαγή, η απώλεια της βιοποικιλότητας, η ρύπανση από πλαστικά, η αποψίλωση των δασών, οι πυρκαγιές, η άνοδος της στάθμης της θάλασσας, η ατμοσφαιρική ρύπανση, οι ξηρασίες, οι καύσωνες, οι πλημμύρες για να συμβάλουμε στην καλύτερη επεξήγηση.
- Οι πληροφορίες που ζητούνταν στην ενότητα των δημογραφικών στοιχείων έπρεπε να συμπληρωθούν υποχρεωτικά, οι συμμετέχοντες που ήταν κάτω των 16 ετών ή δεν συμπλήρωσαν την ενότητα αυτή δεν μπορούσαν να συνεχίσουν στην υπόλοιπη έρευνα.

### Ενότητα 1: Δημογραφικά στοιχεία

- Ποια είναι η χώρα διαμονής σας;

Ελλάδα

Γαλλία

Ιταλία

Ολλανδία

Άλλο (Για αυτή την επιλογή, ζητήθηκε από τους συμμετέχοντες να συμπληρώσουν τις χώρες τους)

- Ποιο είναι το φύλο σας;

Άνδρας

Γυναίκα

Άλλο

Προτιμώ να μην απαντήσω

- Ποιο είναι το υψηλότερο επίπεδο εκπαίδευσης που έχετε ολοκληρώσει;

Δημοτικό σχολείο

Γυμνάσιο

Λύκειο

Κολλέγιο

Πανεπιστήμιο

- Ποιο από τα παρακάτω περιγράφει καλύτερα τον τόπο διαμονής σας;

- Περιοχή στο κέντρο της πόλης
- Προαστιακή περιοχή
- Πόλη
- Χωριό
- Αγροτική περιοχή ή ύπαιθρος

## Ενότητα 2: Συναισθήματα που σχετίζονται με το οικολογικό άγχος

- Σε ποιο βαθμό αισθάνεστε καθένα από τα ακόλουθα όταν σκέφτεστε τα περιβαλλοντικά προβλήματα (π.χ. κλιματική αλλαγή, απώλεια βιοποικιλότητας, ρύπανση από πλαστικά, αποψίλωση δασών, πυρκαγιές, άνοδος της στάθμης της θάλασσας, ατμοσφαιρική ρύπανση, ξηρασία, καύσωνες, πλημμύρες); [επιλέξτε ένα για κάθε σειρά]

	Καθόλου	Λίγο	Μέτρια	Πολύ	Πάρα πολύ
Θλίψη	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Θυμός	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Θρήνος	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αβοηθησία	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Απελπισία	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αισιοδοξία	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ανησυχία	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Άγχος	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Κατάθλιψη	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ένταση	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Στρες	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Φόβος	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αδυναμία	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ντροπή	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Μοναξιά	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Απογοήτευση	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

- Τις τελευταίες 2 εβδομάδες, πόσο συχνά έχετε βιώσει τα ακόλουθα, όταν σκέφτεστε τα περιβαλλοντικά προβλήματα (π.χ. κλιματική αλλαγή, απώλεια βιοποικιλότητας, ρύπανση από πλαστικά, αποψίλωση δασών, πυρκαγιές, άνοδος της στάθμης της θάλασσας, ατμοσφαιρική ρύπανση, ξηρασία, καύσωνες, πλημμύρες);

	Καθόλου	Αρκετές ημέρες	Πάνω από τις μισές ημέρες	Σχεδόν κάθε ημέρα
Νιώθετε νευρικότητα, άγχος ή ανησυχία	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Δεν μπορείτε να σταματήσετε ή να ελέγξετε την ανησυχία	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ανησυχείτε πάρα πολύ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αισθάνεστε φόβο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αδυναμία να σταματήσετε να σκέφτεστε τη μελλοντική κλιματική αλλαγή και άλλα παγκόσμια περιβαλλοντικά προβλήματα	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αδυναμία να σταματήσετε να σκέφτεστε παρελθοντικά γεγονότα που σχετίζονται με την κλιματική αλλαγή και το περιβάλλον	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αδυναμία να σταματήσετε να σκέφτεστε τις απώλειες στο περιβάλλον	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Δυσκολία στον ύπνο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Δυσκολία στην απόλαυση κοινωνικών καταστάσεων με την οικογένεια και τους φίλους	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Δυσκολία στην εργασία ή/και στις σπουδές	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αίσθημα άγχους για τον αντίκτυπο των προσωπικών σας συμπεριφορών στη γη	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αίσθημα άγχους για την προσωπική σας ευθύνη να βοηθήσετε στην αντιμετώπιση των περιβαλλοντικών προβλημάτων	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αίσθημα άγχους ότι οι προσωπικές σας συμπεριφορές θα βοηθήσουν ελάχιστα στην επίλυση του προβλήματος	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### Ενότητα 3: Αιτίες του οικολογικού άγχους

Στην προηγούμενη ερώτηση αναφέρατε σε ποιο βαθμό βιώνετε συναισθηματικές αντιδράσεις σε περιβαλλοντικά προβλήματα. Σε αυτή την ερώτηση, θα θέλαμε να μάθουμε τι προκαλεί αυτές τις συναισθηματικές αντιδράσεις. Αξιολογήστε σε ποιο βαθμό ισχύουν για εσάς οι ακόλουθες δηλώσεις:

«Ο τρόπος που αισθάνομαι για τα περιβαλλοντικά προβλήματα (π.χ. κλιματική αλλαγή, απώλεια βιοποικιλότητας, ρύπανση από πλαστικά, αποψίλωση δασών, πυρκαγιές, άνοδος της στάθμης της θάλασσας, ατμοσφαιρική ρύπανση, ξηρασία, καύσωνες, πλημμύρες) οφείλεται σε:»

	Καθόλου αληθές	Όχι πολύ αληθές	Σχετικά αληθές	Πολύ αληθές	Πάρα πολύ αληθές	Απόλυτα αληθές
Προηγούμενες και τρέχουσες περιβαλλοντικές επιπτώσεις που βίωσα εγώ ή/και κάποιος γνωστός μου	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αναμενόμενες μελλοντικές επιπτώσεις	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Τα πράγματα που βλέπω ή διαβάζω στις ειδήσεις ή στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ενοχές ως αποτέλεσμα του τρόπου ζωής μου	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Η αδράνεια των συμπολιτών μου στην επίλυση περιβαλλοντικών προβλημάτων	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Η αδράνεια των συμπολιτών μου στην επίλυση περιβαλλοντικών προβλημάτων	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Άλλο (οι συμμετέχοντες ενθαρρύνονται να πληκτρολογήσουν απαντήσεις)						



#### Ενότητα 4: Σχέση μεταξύ περιβαλλοντικών προβλημάτων και οικολογικού άγχους

Τώρα, θα θέλαμε να μάθουμε περισσότερα σχετικά με τα περιβαλλοντικά προβλήματα που σας απασχολούν ιδιαίτερα. Παρακαλώ βάλτε σε σειρά τα περιβαλλοντικά προβλήματα που ακολουθούν με βάση το πόσο σας απασχολεί το εκάστοτε περιβαλλοντικό πρόβλημα. (Κατάταξη από το πιο ανησυχητικό έως το λιγότερο ανησυχητικό)

Κλιματική αλλαγή
Ρύπανση από πλαστικά
Πυρκαγιές
Ατμοσφαιρική ρύπανση
Κύματα καύσωνα

#### Ενότητα 5: Αντιμετωπίζοντας το οικολογικό άγχος

ΙΣτην επόμενη ερώτηση, θα θέλαμε να μάθουμε τι κάνετε, τι σκέφτεστε ή τι χρησιμοποιείτε για να αντιμετωπίσετε αυτές τις συναισθηματικές αντιδράσεις. Παρακαλείσθε να δηλώσετε σε ποιο βαθμό οι δηλώσεις ισχύουν για εσάς και να επιλέξετε μόνο μία εναλλακτική λύση ανά στοιχείο.

	Καθόλου αληθές	Όχι πολύ αληθές	Σχετικά αληθές	Πολύ αληθές	Πάρα πολύ αληθές	Απόλυτα αληθές
Όλο και περισσότεροι άνθρωποι έχουν αρχίσει να λαμβάνουν σοβαρά υπόψη τους τα περιβαλλοντικά προβλήματα.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Πιστεύω στην ανθρωπότητα- μπορούμε να διορθώσουμε όλα τα προβλήματα.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Έχω πίστη στους ανθρώπους που ασχολούνται με περιβαλλοντικές οργανώσεις.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Εμπιστεύομαι τους πολιτικούς.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Παρόλο που πρόκειται για ένα μεγάλο πρόβλημα, πρέπει κανείς να έχει ελπίδα.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Νομίζω ότι το πρόβλημα είναι υπερβολικό.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	Καθόλου αληθές	Όχι πολύ αληθές	Σχετικά αληθές	Πολύ αληθές	Πάρα πολύ αληθές	Απόλυτα αληθές
Δεν με ενδιαφέρει, αφού δεν γνωρίζω πολλά για τα περιβαλλοντικά προβλήματα	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Η κλιματική αλλαγή είναι κάτι θετικό γιατί τα καλοκαίρια θα γίνουν πιο ζεστά.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Τίποτα σοβαρό δεν θα συμβεί κατά τη διάρκεια της ζωής μου.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Τα περιβαλλοντικά προβλήματα δεν αφορούν όσους από εμάς ζουν στην Ευρώπη.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Σκέφτομαι τι μπορώ να κάνω εγώ ο ίδιος/ η ίδια.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ψάχνω για πληροφορίες σχετικά με το τι μπορώ να κάνω.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Μιλώ με την οικογένεια και τους φίλους μου για το τι μπορώ να κάνω	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αποφεύγω τις ειδήσεις και τα μέσα ενημέρωσης που σχετίζονται με την κλιματική αλλαγή	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αποδέχομαι τα ανήσυχα συναισθήματά μου σχετικά με το περιβάλλον και υπενθυμίζω στον εαυτό μου ότι θα περάσουν μετά από κάποιο χρονικό διάστημα.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αναλαμβάνω δράση για την προστασία του περιβάλλοντος (π.χ. μειώνω τη χρήση ενέργειας, συμμετέχω στον ακτιβισμό για το κλίμα, φυτεύω δέντρα).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Προσπαθώ να διατηρώ ισορροπία μεταξύ των περιβαλλοντικών μου δεσμεύσεων και της προσωπικής μου ζωής (μέσω της αυτοφροντίδας και της ξεκούρασης).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Άλλο (οι συμμετέχοντες ενθαρρύνονται να πληκτρολογήσουν απαντήσεις)						

### Ενότητα 6: Υποστήριξη για το οικολογικό άγχος

- Όσον αφορά αυτές τις συναισθηματικές αντιδράσεις, αισθάνεστε ότι σας ακούνε και σας καταλαβαίνουν επαρκώς οι εργαζόμενοι στον τομέα της νεολαίας;
    - Σε μεγάλο βαθμό
    - Κάπως
    - Λίγο
    - Καθόλου
  - Ποιες μορφές υποστήριξης/πόρων θα θέλατε να λάβετε για να σας βοηθήσουν να διαχειριστείτε καλύτερα την εμπειρία του οικολογικού άγχους σας.
    - Εκπαίδευση οικολογικού άγχους
    - Περιβαλλοντικές δραστηριότητες με εργαζόμενους στον τομέα της νεολαίας
    - Δραστηριότητες διαλογισμού και ηρεμίας
    - Συνεδρίες και συναντήσεις για να συζητηθούν τα περιβαλλοντικά συναισθήματα
- Εάν υπάρχουν άλλοι πόροι/άλλες μορφές, περιγράψτε \_\_\_\_\_

## Παράρτημα 1β: Ερωτηματολόγιο μελέτης (εργαζόμενοι στον τομέα της νεολαίας)

### Ενότητα 1: Δημογραφικά στοιχεία

- Ποια είναι η χώρα διαμονής σας;
  - Ελλάδα
  - Γαλλία
  - Ιταλία
  - Ολλανδία
  - Άλλο (Για την επιλογή άλλο, οι συμμετέχοντες κλήθηκαν να συμπληρώσουν τις χώρες τους)
  
- Ποιο είναι το φύλο σας;
  - Άντρας
  - Γυναίκα
  - Άλλο
  - Προτιμώ να μην απαντήσω
  
- Ποιο είναι το υψηλότερο επίπεδο εκπαίδευσης που έχετε ολοκληρώσει;
  - Δημοτικό Σχολείο
  - Γυμνάσιο/Λύκειο
  - Κολλέγιο
  - Πανεπιστήμιο
  
- Ποιο από τα παρακάτω περιγράφει καλύτερα τον τόπο όπου ζείτε σήμερα;
  - Περιοχή στο κέντρο της πόλης
  - Προαστιακή περιοχή
  - Πόλη
  - Χωριό
  - Αγροτική περιοχή ή ύπαιθρος

- Σε ποια κατηγορία λειτουργών νεολαίας ανήκετε;
- Εργαζόμενος σε ΜΚΟ με ομάδα στόχο τους νέους
- Δάσκαλος/ Καθηγητής
- Εργαζόμενος σε κέντρο αναψυχής
- Κυβερνητικός εργαζόμενος
- Εκπαιδευτικός
- Άλλο (Για την επιλογή άλλο, οι συμμετέχοντες κλήθηκαν να συμπληρώσουν τις απαντήσεις τους)

- Ποιες είναι οι ηλικίες των νέων με τους οποίους εργάζεστε;
- 5-10 ετών
- 10-15 ετών
- 15-25 ετών

## Ενότητα 2: Συναισθήματα που σχετίζονται με το οικολογικό άγχος

- Σε ποιο βαθμό αισθάνεστε καθένα από τα ακόλουθα συναισθήματα όταν σκέφτεστε τα περιβαλλοντικά προβλήματα (π.χ. κλιματική αλλαγή, απώλεια βιοποικιλότητας, ρύπανση από πλαστικά, αποψίλωση δασών, πυρκαγιές, άνοδος της στάθμης της θάλασσας, ατμοσφαιρική ρύπανση, ξηρασία, καύσωνες, πλημμύρες); [επιλέξτε ένα για κάθε σειρά]

	Καθόλου	Λίγο	Μέτρια	Πολύ	Πάρα πολύ
Θλίψη	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Θυμός	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Θρήνος	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αβοηθησία	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Απελπισία	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αισιοδοξία	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ανησυχία	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Άγχος	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Κατάθλιψη	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	Καθόλου	Λίγο	Μέτρια	Πολύ	Πάρα πολύ
Ένταση	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Στρες	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Φόβος	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αδυναμία	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ντροπή	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Μοναξιά	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Απογοήτευση	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### Ενότητα 3: Συναισθήματα που σχετίζονται με το οικολογικό άγχος σε νέους ανθρώπους

Στο υπόλοιπο της έρευνας, θα θέλαμε να μάθουμε την άποψή σας σχετικά με το οικολογικό άγχος μεταξύ των νέων με τους οποίους εργάζεστε. Με την επόμενη ερώτηση, θα θέλαμε να μάθουμε την άποψή σας για τις παραπάνω συναισθηματικές αντιδράσεις στα περιβαλλοντικά προβλήματα μεταξύ των νέων με τους οποίους εργάζεστε. Φανταστείτε τον μέσο όρο των νέων με τους οποίους εργάζεστε και προσπαθήστε να συμπληρώσετε τις ακόλουθες ερωτήσεις εκ μέρους τους. Παρακαλούμε αξιολογήστε τα συναισθήματα με βάση την αντίληψή σας σχετικά με το τι ισχύει για τους νέους.

	Καθόλου	Λίγο	Μέτρια	Πολύ	Πάρα πολύ
Θλίψη	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Θυμός	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Θρήνος	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αβοηθησία	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Απελπισία	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αισιοδοξία	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ανησυχία	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Άγχος	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Κατάθλιψη	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ένταση	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	Καθόλου	Λίγο	Μέτρια	Πολύ	Πάρα πολύ
Στρες	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Φόβος	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αδυναμία	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ντροπή	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Μοναξιά	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Απογοήτευση	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

- Θα θέλαμε επίσης να κατανοήσουμε τις απόψεις σας σχετικά με τα επίπεδα οικολογικού άγχους στους νέους με τους οποίους εργάζεστε. Σκεπτόμενοι τις τελευταίες 2 εβδομάδες, πόσο συχνά πιστεύετε ότι οι νέοι αυτοί έχουν ανησυχήσει από τα ακόλουθα προβλήματα, όταν σκέφτονται την κλιματική αλλαγή και άλλες παγκόσμιες περιβαλλοντικές συνθήκες (π.χ. κλιματική αλλαγή, απώλεια βιοποικιλότητας, ρύπανση από πλαστικά, αποψίλωση δασών, πυρκαγιές, άνοδος της στάθμης της θάλασσας, ατμοσφαιρική ρύπανση, ξηρασία, καύσωνες, πλημμύρες).

	Καθόλου	Αρκετές ημέρες	Πάνω από τις μισές ημέρες	Σχεδόν κάθε ημέρα
Αίσθημα νευρικότητας, άγχους ή συναισθηματικής έντασης	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ανικανότητα ελέγχου ή παύσης της ανησυχίας	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Υπερβολική ανησυχία	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αίσθημα φόβου	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αδυναμία ελέγχου των σκέψεων σχετικά με τη μελλοντική κλιματική αλλαγή και άλλα παγκόσμια περιβαλλοντικά προβλήματα	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αδυναμία ελέγχου των σκέψεων σχετικά με παρελθοντικά γεγονότα που σχετίζονται με την κλιματική αλλαγή και το περιβάλλον	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αδυναμία ελέγχου των σκέψεων σχετικά με τις απώλειες στο περιβάλλον	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	Καθόλου	Αρκετές ημέρες	Πάνω από τις μισές ημέρες	Σχεδόν κάθε ημέρα
Δυσκολία στον ύπνο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Δυσκολία στην απόλαυση κοινωνικών συναναστροφών με την οικογένεια και τους φίλους	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Δυσκολία στην εργασία ή/και στις σπουδές	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αίσθημα άγχους για τον αντίκτυπο των προσωπικών τους συμπεριφορών στη γη	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αίσθημα άγχους για την προσωπική τους ευθύνη να βοηθήσουν στην αντιμετώπιση των περιβαλλοντικών προβλημάτων	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αίσθημα άγχους ότι οι προσωπικές τους συμπεριφορές θα βοηθήσουν ελάχιστα στην επίλυση του προβλήματος	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



### Ενότητα 3: Αιτίες του οικολογικού άγχους στους νέους

Σε αυτή τη φάση, θα θέλαμε να κατανοήσουμε τις απόψεις σας σχετικά με το τι πιστεύετε ότι προκαλεί αυτές τις συναισθηματικές αντιδράσεις στους νέους με τους οποίους εργάζεστε. Παρακαλώ αξιολογήστε σε ποιο βαθμό οι ακόλουθες δηλώσεις μπορεί να ισχύουν γι' αυτούς.

Ο τρόπος με τον οποίο οι νέοι με τους οποίους εργάζομαι αισθάνονται για τα περιβαλλοντικά προβλήματα (π.χ. κλιματική αλλαγή, απώλεια βιοποικιλότητας, ρύπανση από πλαστικά, αποψίλωση δασών, πυρκαγιές, άνοδος της στάθμης της θάλασσας, ατμοσφαιρική ρύπανση, ξηρασία, καύσωνες, πλημμύρες) οφείλεται:

	Καθόλου αληθές	Όχι πολύ αληθές	Σχετικά αληθές	Πολύ αληθές	Πάρα πολύ αληθές	Απόλυτα αληθές
Πρότερες και τρέχουσες περιβαλλοντικές επιπτώσεις που βίωσαν οι ίδιοι ή/και κάποιος γνωστός τους	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αναμενόμενες μελλοντικές επιπτώσεις	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Πράγματα που βλέπουν ή διαβάζουν στις ειδήσεις ή στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ενοχές ως αποτέλεσμα του τρόπου ζωής τους	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Η αδράνεια της κυβέρνησής τους όσον αφορά την επίλυση περιβαλλοντικών προβλημάτων	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Η αδράνεια των συμπολιτών τους όσον αφορά την επίλυση περιβαλλοντικών προβλημάτων	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Άλλο (οι συμμετέχοντες ενθαρρύνονται να πληκτρολογήσουν απαντήσεις)						

#### Ενότητα 4: Σχέση μεταξύ περιβαλλοντικών προβλημάτων και οικολογικού άγχους στους νέους

Παρακαλείστε να βάλετε σε σειρά τα περιβαλλοντικά προβλήματα που ακολουθούν με βάση το πόσο προβληματισμένοι περιμένετε να είναι οι νέοι με τους οποίους εργάζεστε ως προς κάθε περιβαλλοντικό πρόβλημα. (Οι επιλογές για τις οποίες πιστεύετε ότι ανησυχούν περισσότερο θα πρέπει να βρίσκονται στην κορυφή)

Κλιματική αλλαγή

Ρύπανση από πλαστικά

Πυρκαγιές

Ατμοσφαιρική ρύπανση

Κύματα καύσωνα

#### Ενότητα 5: Αντιμετώπιση του οικολογικού άγχους στους νέους

Στην επόμενη ερώτηση, θα θέλαμε να μάθουμε τι πιστεύετε ότι κάνουν, σκέφτονται ή χρησιμοποιούν οι νέοι με τους οποίους εργάζεστε για να αντιμετωπίσουν αυτές τις συναισθηματικές αντιδράσεις. Παρακαλείστε να αναφέρετε σε ποιο βαθμό οι δηλώσεις ισχύουν για τους νέους με τους οποίους εργάζεστε, με βάση τις παρατηρήσεις και τις αλληλεπιδράσεις σας μαζί τους. Επιλέξτε μόνο μία απάντηση ανά σειρά.

	Καθόλου αληθές	Όχι πολύ αληθές	Σχετικά αληθές	Πολύ αληθές	Πάρα πολύ αληθές	Απόλυτα αληθές
Όλο και περισσότεροι άνθρωποι έχουν αρχίσει να λαμβάνουν σοβαρά υπόψη τους τα περιβαλλοντικά προβλήματα.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Έχουν πίστη στην ανθρωπότητα- ότι μπορούμε να διορθώσουμε όλα τα υπάρχοντα προβλήματα.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Έχουν εμπιστοσύνη στους ανθρώπους που ασχολούνται με τις περιβαλλοντικές οργανώσεις.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Εμπιστεύονται τους πολιτικούς.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Παρόλο που πρόκειται για ένα μεγάλο πρόβλημα, πρέπει κανείς να έχει ελπίδα.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	Καθόλου αληθές	Όχι πολύ αληθές	Σχετικά αληθές	Πολύ αληθές	Πάρα πολύ αληθές	Απόλυτα αληθές
Πιστεύουν ότι το ουσιαστικό πρόβλημα είναι μεγαλοποιημένο.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Δεν τους ενδιαφέρει αφού δεν γνωρίζουν πολλά για τα περιβαλλοντικά προβλήματα.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Η κλιματική αλλαγή είναι κάτι θετικό γιατί τα καλοκαίρια θα γίνουν πιο ζεστά.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Τίποτα σοβαρό δεν θα συμβεί κατά τη διάρκεια της ζωής τους.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Τα περιβαλλοντικά προβλήματα δεν αφορούν όσους από εμάς ζουν στην Ευρώπη.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Σκέφτονται τι μπορούν να κάνουν οι ίδιοι.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ψάχνουν για πληροφορίες σχετικά με το τι μπορούν να κάνουν.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Μιλούν με την οικογένεια και τους φίλους τους για το τι μπορούν να κάνουν	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αποφεύγουν τις ειδήσεις και τα μέσα ενημέρωσης που σχετίζονται με την κλιματική αλλαγή	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αποδέχονται τα αγχώδη συναισθήματά τους για το περιβάλλον και υπενθυμίζουν στον εαυτό τους ότι θα παρέλθουν μετά από κάποιο χρονικό διάστημα.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αναλαμβάνουν δράση για την προστασία του περιβάλλοντος (π.χ. μειώνουν τη χρήση ενέργειας, συμμετέχουν στον ακτιβισμό για το κλίμα, φυτεύουν δέντρα).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Προσπαθούν να διατηρήσουν την ισορροπία μεταξύ των περιβαλλοντικών τους δεσμεύσεων και της προσωπικής τους ζωής (μέσω της αυτοφροντίδας και της ξεκούρασης).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Άλλο (οι συμμετέχοντες ενθαρρύνονται να πληκτρολογήσουν απαντήσεις)						

### Υποστήριξη 6: Υποστήριξη για το οικολογικό άγχος

- Στο πλαίσιο του επαγγέλματός σας, σε ποιο βαθμό πιστεύετε ότι μπορείτε να υποστηρίξετε τους νέους που αντιμετωπίζουν οικολογικό άγχος;
    - Σε πολύ μεγάλο βαθμό
    - Σε μεγάλο βαθμό
    - Μέτρια
    - Σε μικρό βαθμό
    - Σε πολύ μικρό βαθμό
  
  - Έχετε εκπαιδευτεί για το πώς να αντιμετωπίζετε το οικολογικό άγχος των νέων;
    - Ναι, έχω εκπαιδευτεί σε ακαδημαϊκό πλαίσιο
    - Ναι, έχω εκπαιδευτεί σε επαγγελματικό πλαίσιο
    - Όχι
  
  - Ποιας μορφής υποστήριξη/πόρους θα θέλατε να λάβετε ως εργαζόμενος/η στον τομέα της νεολαίας για να σας βοηθήσει να διαχειριστείτε καλύτερα το οικολογικό άγχος που βιώνουν οι νέοι με τους οποίους εργάζεστε;
    - Εκπαίδευση σχετικά με το οικολογικό άγχος των νέων
    - Παιδαγωγικά εργαλεία για την διασαφήνιση περιβαλλοντικών ζητημάτων
    - Παιδαγωγικές δραστηριότητες για την οργάνωση δραστηριοτήτων που θα βοηθήσουν τους νέους να αναπτύξουν συνειδητή συμμετοχή στις περιβαλλοντικές προκλήσεις
    - Παιδαγωγικά εργαλεία που θα βοηθήσουν τους νέους στην αναγνώριση και στην έκφραση των συναισθημάτων τους
    - Βιβλιογραφικές αναφορές για το οικολογικό άγχος (βιβλία, βίντεο, podcasts κ.λπ.)
    - Οδηγοί δραστηριοτήτων για εναλλακτικές πρακτικές όπως ο διαλογισμός
- Εάν υπάρχουν άλλοι πόροι/άλλες μορφές, περιγράψτε \_\_\_\_\_

## Παράρτημα 2

### 2α. Άλλη/οι προτεινόμενη υποστήριξη/πόροι που θα ήθελαν να λάβουν οι νέοι

Πρόταση στη γλώσσα του συμμετέχοντα	Μετάφραση στα Ελληνικά
Ik denk dat het belangrijkste is om het probleem aan te pakken en op te lossen met zijn allen. In plaats van een tijdelijke oplossing die het daadwerkelijke probleem niet onder de handen neemt	Νομίζω ότι το πιο σημαντικό είναι να αντιμετωπίσουμε και να λύσουμε το πρόβλημα από κοινού. Αντί για μια προσωρινή λύση που δεν αντιμετωπίζει το πραγματικό πρόβλημα
I want this madness stopped. I don't want to manage my eco anxiety. I want to use it as a means to obligate the governments and people to take action.	Θέλω να σταματήσει αυτή η τρέλα. Δεν θέλω να διαχειρίζομαι το οικολογικό μου άγχος. Θέλω να το χρησιμοποιήσω ως μέσο για να υποχρεώσω τις κυβερνήσεις και τους ανθρώπους να αναλάβουν δράση.
parlarne	Ομιλίες
Per quanto mi riguarda non provo ansia in merito ai problemi ambientali, questo perché di natura non sono una persona ansiosa. Tuttavia trovo che per molte persone sarebbe utile realizzare che il tempo non è scaduto e che provare angoscia non serve a nulla. Questo può essere fatto anche semplicemente descrivendo i dati positivi e ottimisti, ponendo la questione più dal punto di vista di ciò che si può ancora fare, piuttosto che ciò che ormai è impossibile fare	Όσον αφορά εμένα, δεν αισθάνομαι άγχος για τα περιβαλλοντικά προβλήματα, αυτό οφείλεται στο γεγονός ότι δεν είμαι από τη φύση μου αγχώδης άνθρωπος. Ωστόσο, θεωρώ ότι για πολλούς ανθρώπους θα ήταν χρήσιμο να συνειδητοποιήσουν ότι ο χρόνος δεν έχει τελειώσει και ότι το αίσθημα άγχος δεν ωφελεί. Αυτό μπορεί να γίνει και με την απλή καταγραφή των θετικών και αισιόδοξων σημείων, θέτοντας την ερώτηση περισσότερο από την άποψη του τι μπορεί ακόμη να γίνει, παρά τι είναι πλέον αδύνατο να γίνει.
Parlarne di più nelle scuole	Να μιλάμε γι' αυτό περισσότερο στα σχολεία
Fare qualcosa per aiutare l'ambiente	Να κάνουμε κάτι για να βοηθήσουμε το περιβάλλον
je ne sais pas	Δεν ξέρω
nothing	τίποτα
Attuare soluzioni concrete per ridurre l'emergenza	Εφαρμογή συγκεκριμένων λύσεων για τη μείωση των περιπτώσεων έκτακτης
occasioni di manifestazione	ανάγκης
Informazione	Παροχή πληροφοριών
Essere attenti a non usare troppa energia, non inquinare, rispettare l'indifferenziata, non buttare niente per terra e usare l'auto se davvero ce ne bisogno, comprare solo cose essenziali di plastica	Προσέξτε να μην καταναλώνετε πολλή ενέργεια, μην ρυπαίνετε, σεβαστείτε τα απορρίμματα, μην πετάτε τίποτα στο έδαφος και χρησιμοποιήστε το αυτοκίνητο αν το χρειάζεστε πραγματικά, αγοράστε μόνο τα απαραίτητα πράγματα από πλαστικό.
Informazioni semplici e possibili soluzioni	Απλές πληροφορίες και πιθανές λύσεις
Parlare di più di soluzioni in atto	Μιλήστε περισσότερο για τις υπάρχουσες λύσεις

## Πρόταση στη γλώσσα του συμμετέχοντα

Πρακτικές δραστηριότητες σε παιδιά και νέους για να αντιληφθούν μέσα από την πράξη την αξία προστασίας του περιβάλλοντος. Έτσι μέσα από τη συνεργασία και την ομαδικότητα όσοι αντιμετωπίζουν περιβαλλοντικό άγχος θα βρουν κάπου στήριξη

Ateliers ludiques où l'on peut s'exprimer sur le sujet de façon innovante en montrant d'autres exemples ou en réfléchissant à d'autres solutions que celles qui sont le plus diffusées. Apporter un autre point de vue nuancé sur le sujet que les représentations très dystoriques ou utopiques que l'on peut avoir.

Des actions concrètes des acteurs du dérèglement climatique. Et non pas un "effort" demandé à ceux qui le subissent ("effort" demandé qui participe à la culpabilisation des personnes et aggravant l'éco-anxiété)

Avoir des dirigeants compétents

Je crois qu'à un moment on ne peut pas se concentrer uniquement sur la réaction émotionnelle mais qu'on arrêtera d'avoir peur en abordant la racine du problème. Si on croit en la science c'est normal d'avoir peur! Je veix pas de la méditation, je veux être sûr que l'air sera respirable d'ici 30/40/50 ans!

pas besoin

que les politiciens prennent au sérieux cet enjeux

## Μετάφραση στα Ελληνικά

Πρακτικές δραστηριότητες σε παιδιά και νέους για να αντιληφθούν μέσα από την πράξη την αξία προστασίας του περιβάλλοντος. Έτσι μέσα από τη συνεργασία και την ομαδικότητα όσοι αντιμετωπίζουν περιβαλλοντικό άγχος θα βρουν κάπου στήριξη

Παιγνιώδη εργαστήρια όπου οι άνθρωποι μπορούν να εκφραστούν για το θέμα με καινοτόμο τρόπο, δείχνοντας άλλα παραδείγματα ή προβληματιζόμενοι για λύσεις διαφορετικές από αυτές που διαδίδονται ευρύτερα. Φέρνουν μια πιο διαφοροποιημένη άποψη για το θέμα από τις πολύ δυστοπικές ή ουτοπικές αναπαραστάσεις που μπορεί να έχουμε.

Συγκεκριμένη δράση από όσους πλήττονται από την κλιματική αλλαγή. Και όχι μια «προσπάθεια» που απαιτείται από αυτούς που υποφέρουν από αυτήν («προσπάθεια» που απαιτείται η οποία συμβάλλει στο να αισθάνονται οι άνθρωποι ένοχοι και επιδεινώνει το οικολογικό άγχος).

Διαθέτοντας ικανούς ηγέτες

Πιστεύω ότι, κάποια στιγμή, μπορούμε να μην επικεντρωθούμε μόνο στη συναισθηματική αντίδραση, αλλά ότι μπορούμε να σταματήσουμε να φοβόμαστε, αντιμετωπίζοντας τη ρίζα του προβλήματος. Αν πιστεύουμε στην επιστήμη, είναι φυσιολογικό να φοβόμαστε! Δε θέλω διαλογισμό, θέλω να είμαι σίγουρος ότι ο αέρας θα είναι αναπνεύσιμος σε 30/40/50 χρόνια!

δεν υφίσταται ανάγκη

οι πολιτικοί να λάβουν σοβαρά υπόψη τους το θέμα αυτό

## 2β. Άλλη/οι προτεινόμενη/οι υποστήριξη/πόροι που θα ήθελαν να λάβουν οι εργαζόμενοι στον τομέα της νεολαίας

### Πρόταση στη γλώσσα του συμμετέχοντα Μετάφραση στα Ελληνικά

Activité et engagement permettant de reprendre en mains leur futur	Δραστηριότητα και δέσμευση να ανακτήσουν τον έλεγχο του μέλλοντός τους
“Vivre avec l’éco-lucidité” (Actes Sud, 2024)	“Ζώντας με οικολογική διαύγεια” (Actes Sud, 2024)
Πιο ενεργοί εκπαιδευτικοί και περισσότερα σχολεία του δάσους	Πιο ενεργοί εκπαιδευτικοί και περισσότερα σχολεία του δάσους
activités pour donner de l’espoir	δραστηριότητες που θα δώσουν ελπίδα
Δυνατότητα στα πλαίσια του σχολείου για διοργάνωση σχετικών εκπαιδευτικών εκδρομών ή πρόσκληση ψυχολόγων στο σχολείο	Δυνατότητα στα πλαίσια του σχολείου για διοργάνωση σχετικών εκπαιδευτικών εκδρομών ή πρόσκληση ψυχολόγων στο σχολείο
Je crois que ce sentiment d’éco-anxiété est normal et légitime et que pour qu’il diminue ou disparaisse, il faut que la société change. Le problème doit être traité à la source.	Πιστεύω ότι αυτό το αίσθημα οικολογικού άγχους είναι φυσιολογικό και θεμιτό και ότι για να μειωθεί η κοινωνία πρέπει να αλλάξει. Το πρόβλημα πρέπει να αντιμετωπιστεί στην πηγή του.
éducation politique des jeunes	πολιτική εκπαίδευση για τους νέους
Réflexion multi-acteur, jeunes et politiques autour de la mobilisation des jeunes dans des formats d’activisme qui leur correspondent et qui mêle les générations et des systèmes de gouvernances horizontaux (hors de la démocratie d’élevage”)	Πολυπαραγοντικός, νεανικός και πολιτικός προβληματισμός σχετικά με την κινητοποίηση των νέων σε μορφές ακτιβισμού που τους αντιστοιχούν και που συνδυάζουν γενιές και οριζόντια συστήματα διακυβέρνησης (εκτός της «αναπαραγωγικής δημοκρατίας»).

# Colophon

## Editors

Uchendu, J.O, Goetheer, C.D.J. & van den Broek, K.L. (2024),  
Report on the EcoreactEU Study on Youth Eco-Anxiety.

## Photography

Lucie Nouhant

## Graphic Design (english version)

Margot Stoete – C&M (10415) – Faculty of Geosciences – Utrecht University