

Klimawandel und psychische Gesundheit:

Eine zunehmende Sorge von jungen Menschen

Teenager und junge Erwachsene haben derzeit viele Sorgen. Achtundfünfzig Prozent von Teenagern sagen, dass die Pandemie ihre psychische Gesundheit beeinträchtigt hat.¹ In den vergangenen drei Jahren ist die Zahl der Jugendlichen, die Unterstützung bei Depression, Angststörung und Trauma in Anspruch nehmen, um das 1,5-Fache gestiegen.²

Vielleicht haben Sie die Auswirkungen von alltäglichen Belastungen auf Jugendliche auch schon bemerkt – ganz zu schweigen von der Pandemie. Aber haben Sie schon einmal darüber nachgedacht, wie sich der Klimawandel auf deren psychische Gesundheit auswirken könnte?

Die Weltgesundheitsorganisation macht nun auf dieses Problem aufmerksam. Nachfolgend sind einige Beispiele aufgeführt, wie sich der Klimawandel auf Sie und Ihnen nahestehende Personen auswirken könnte.

Trauma infolge unmittelbarer Exposition

Weltweit waren Menschen von verheerenden Flächenbränden, extremer Hitze und tödlichen Stürmen betroffen. Mehr als eine Milliarde Kinder leben in Ländern, die hinsichtlich Klimaschock und Umweltkatastrophen als „extrem stark gefährdet“ eingestuft sind. Dazu können Überschwemmungen, Stürme, Hitzewellen, Wasserknappheit und hohe Luftverschmutzung gehören.³

Wenn Ihre Familie davon betroffen ist, kann Ihr Teenager oder junger Erwachsener dauerhafte psychische Gesundheitsprobleme davontragen. Nach einem traumatischen Wetterereignis wurde im Rahmen eines Schulprogramms ein Anstieg bei der Inanspruchnahme des schulpsychologischen Dienstes für Depression, Angststörung, Anpassungsstörung und posttraumatische Belastungsstörung (PTBS) um 50 Prozent verzeichnet. Während diese im Laufe der Zeit wieder nachließen, stiegen die Zahlen für Substanzmissbrauch und Suizide.⁴



58 %

von Teenagern sagen, dass die Pandemie ihre psychische Gesundheit beeinträchtigt hat

Im Rahmen eines Schulprogramms wurde ein Anstieg bei der Inanspruchnahme des schulpsychologischen Dienstes um

50 %

verzeichnet

Mehr als

45 %

von Teenagern erklärten, dass ihre Gefühle zum Klimawandel ihren Alltag negativ beeinflussen

77 %
sagen, „die Zukunft
ist beängstigend“



Anhaltende Besorgnis

Selbst wenn wir persönlich noch keine extremen Wetterereignisse, wie Flächenbrände oder Überschwemmungen, erlebt haben, kann dies bei uns Angst hervorrufen. Wir machen uns Sorgen, dass wir, unsere Angehörigen oder zukünftige Generationen davon betroffen sein werden.⁵

Obwohl wir alle Maßnahmen ergreifen können, um den Klimawandel aufzuhalten, treten dessen Auswirkungen bereits auf. Angesichts derartiger Herausforderungen fühlen sich viele von uns machtlos und sogar hoffnungslos. Bei einer Studie mit jungen Menschen sagten 77 %, dass die „Zukunft beängstigend ist“. Mehr als 45 % erklärten, dass ihre Gefühle zum Klimawandel ihren Alltag negativ beeinflussen.⁶



Sind Sie der Ansicht, dass Ihr Teenager oder Ihr junger Erwachsener psychologische Hilfe benötigt, um mit dem Klimawandel oder anderen Problemen besser umgehen zu können?

Besuchen Sie livewell.optum.com

1. Global Shapers Community, et al. COVID-19 Youth Survey: Report. cdn.who.int/media/docs/default-source/epi-win/covid-19-survey_report_for_who---final.pdf?sfvrsn=f23bd740_4_11. November 9, 2020. Accessed September 27, 2021.
2. Optum Internal Utilization Data, 2021.
3. UNICEF. One billion children at “extremely high risk” of the impacts of the climate crisis – UNICEF. [unicef.org/press-releases/one-billion-children-extremely-high-risk-impacts-climate-crisis-unicef](https://www.unicef.org/press-releases/one-billion-children-extremely-high-risk-impacts-climate-crisis-unicef). August 19, 2021. Accessed January 26, 2022.
4. Nazeer A. Climate change and child and adolescent mental health in Asia, Middle East and North Africa region: Points to ponder. *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry*. 2020;59(10):S39-S40.
5. Whitmore-Williams SC, Manning C, Krygsman K, Speiser M. Mental health and our changing climate: Impacts, implications and guidance. American Psychological Association, *Climate for Health and ecoAmerica*. March 2017.
6. Marks E, Hickman C, Pihkala P, et al. Young people’s voices on climate anxiety, government betrayal and moral injury: A global phenomenon. Social Science Research Network. ssrn.com/abstract=3918955 or dx.doi.org/10.2139/ssrn.3918955. September 7, 2021.

Das Programm ist nicht für die Versorgung in Notfällen gedacht. In dringenden Fällen wenden Sie sich bitte an den örtlichen Notruf oder die nächstgelegene Notaufnahme. Das Programm ist kein Ersatz für die Beratung durch einen Arzt oder medizinische Fachkräfte. Das Programm oder bestimmte Bestandteile des Programms sind eventuell nicht an allen Orten verfügbar und es können Deckungsausschlüsse und -beschränkungen gelten. Optum® ist eine eingetragene Marke von Optum, Inc. in den USA und in anderen Rechtsgebieten. Alle anderen Produktnamen sind Marken oder eingetragene Marken der jeweiligen Eigentümer. Im Rahmen der laufenden Verbesserung seiner Produkte und Dienstleistungen behält sich Optum das Recht vor, technische Daten jederzeit ohne Ankündigung zu ändern. Optum fördert die Chancengleichheit.