

VIIDATUD ALLIKAD

- Barnett, J. A., Bandy, M. L., Gibson, D. L. 2022. Is the use of glyphosate in modern agriculture resulting in increased neuropsychiatric conditions through modulation of the gut-brain-microbiome axis? – *Frontiers in Nutrition*, 9. <https://doi.org/10.3389/fnut.2022.827384>.
- Battisto, D., Wilhelm, J. J. 2020. *Architecture and Health: Guiding principles for practice*. New York: Routledge, 1–25.
- Bosch, M. van den, Bird, W. 2018. Setting the scene and how to read the book. – Bosch, M. van den, Bird, W. (eds.). *Oxford Textbook of Nature and Public Health: The role of nature improving the health of a population*. Oxford: Oxford Academic, 3–10.
- Bosch, M. van den, Ward Thompson, C., Grahn, P. 2018. Preventing stress and promoting mental health. – Bosch, M. van den, Bird, W. (eds.). *Oxford Textbook of Nature and Public Health: The role of nature improving the health of a population*. Oxford: Oxford Academic, 108–115.
- Conroy, G. 2019. 'Ecological grief' grips scientists witnessing Great Barrier Reef's decline. – *Nature*, 5737774, 318–319. <https://doi.org/10.1038/d41586-019-02656-8>.
- Gill, T. 2021. *Urban Playground: How child-friendly planning and design can save cities*. London: RIBA Publishing.
- Guha, M. 2022. Noise pollution and mental health. – *Journal of Mental Health*, 31(5), 605–606. <https://doi.org/10.1080/09638237.2022.2118694>.
- HDR 2022 – Human Development Report 2021/2022: Uncertain Times, Unsettled Lives: Shaping our future in a transforming world. New York: United Nations Development Programme. <https://hdr.undp.org/content/human-development-report-2021-22>.
- Helm, A., Kull, A., Veromann, E., Remm, L., Villoslada, M., Kikas, T., Aosaar, J., Tullus, T., Prangel, E., Linder, M., Otsus, M., Külm, S., Sepp, K. 2020 (täiendatud 2021). Metsa-, soo-, niidu- ja põllumajanduslike ökosüsteemide seisundi ning ökosüsteemiteenuste baastasemete üleriigilise hindamise ja kaardistamise lõpparuanne. ELME projekt. Tellija: Keskkonnaagentuur (riigihange nr 198846).
- Helm, A., Nurme, S., Sõber, V., Meriste, M., Aavik, T. 2020. Riigiteede niidetavate pindade ja hekkide korrashoid. Aruanne. Nordic Botanical OÜ.
- Hoisington, A. J., Stearns-Yoder, K. A., Schuldt, S. J., Beemer, C. J., Maestre, J. P., Kinney, K. A., Postolache, T. T., Lowry, C. A., Brenner, L. A. 2019. Ten questions concerning the built environment and mental health. – *Building and Environment*, 155, 58–69. <https://doi.org/10.1016/j.buildenv.2019.03.036>.
- Kraus, S., Renner, K., Battisto, D., Jacobs, B. 2019. *Creating Healthy Communities Through Wellness Districts*. New York: Routledge, 115–140.
- Ogunbode, C. A., Doran, R., Hanss, D., Ojala, M., Salmela-Aro, K., van den Broek, K. L., Bhullar, N., Aquino, S. D., Marot, T., Schermer, J. A., Wlodarczyk, 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. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2022.101887>.
- Ong-Artborirak, P., Boonchieng, W., Juntarawijit, Y., Juntarawijit, C. 2022. Potential effects on mental health status associated with occupational exposure to pesticides among Thai farmers. – *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(15), Article 15. <https://doi.org/10.3390/ijerph19159654>.
- Orru, H., Teinemaa, E., Maasikmets, M., Keernik, H., Paju, M., Sikk, A., Tamm, T., Lainjärv, H. M., Kriit, H., Lõhmus Sundström, M. 2022. Välisõhu kvaliteedi mõju võrdlus inimeste tervisele Eestis aastatel 2010 ja 2020 ning õhusaaste tervisemõjude prognoos aastaks 2030. Lõpparuanne. Tartu: Tartu Ülikool, Eesti Keskkonnauuringute Keskus.
- Riigikontroll 2018. Riigi tegevuspõhjavee kaitsmisel. Riigikontrolli aruanne Riigikogule. <https://www.riigikontroll.ee/tabid/206/Audit/2455/Area/15/language/et-EE/Default.aspx>.
- Sim, D. 2021. Pehme linn. Tihedus, mitmekesisus ja lähedus argielus. Tallinn: Eesti Arhitektuurikeskus.
- Soares, D., Silva, L., Duarte, S., Pena, A., Pereira, A. 2021. Glyphosate use, toxicity and occurrence in food. – *Foods*, 10(11), Article 11. <https://doi.org/10.3390/foods10112785>.
- Theron, L. C., Abreu-Villaça, Y., Augusto-Oliveira, M., Brennan, C., Crespo-Lopez, M. E., de Paula Arrifano, G., Glazer, L., Gwata, N., Lin, L., Mareschal, I., Mermelstein, S., Sartori, L., Stieger, L., Trotta, A., Hadfield, K. 2022. A systematic review of the mental health risks and resilience among pollution-exposed adolescents. – *Journal of Psychiatric Research*, 146, 55–66. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2021.12.012>.
- WHO 2011. Burden of disease from environmental noise: Quantification of healthy life years lost in Europe. Copenhagen: World Health Organization. Regional Office for Europe. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/326424>.

5.1

Kliimamure kui inimeste ja keskkonna suhete vahendaja

AET ANNIST, BIANKA PLÜSCHKE-ALTOF, PIRET VACHT, MIRJAM RENNIT JA JOONAS PLAAN

PÕHISÕNUM

Kliimamure on oluline osa kliimaagentsuse tekkimisest, mis võimaldab üha kliimamurelikumal elanikkonnal üksteist toetada ja tegutsema suunata. Suure globaalse ohuga silmitsi seistes toetab kliimaagentsus vaimset tervist ja heaolu ning võimaldab valmistuda vajalikeks muutusteks ühiskonnakorralduses. Tõsiselt võetud ja jagatud kliimamure ei pea viima apaatsusele.

SISSEJUHATUS

2018. aastal avaldas Valitsustevaheline Kliimamuutuste Nõukogu (IPCC) tõsise hoiatuse inimkonnale kliima olukorra ja edutute katsete kohta inimtekkelise kliimamuutuse ärahoidmiseks. Need avaldused ilmusid ajal, mil ekstreemsed ilmastikunähtused nagu kuumalained, metsapõlengud, üleujutused on saagenenud. Maailma eri regioonide (sh Eesti) hoia-kute uuringud osutavad, et inimeste valmisolek mõista kliimaga seotud tulevikustsenaariume ja seostada neid omaenda tulevikuga on oluliselt suurenenud. Ühtlasi on ilmnenud, et ühiskonnad selle edasilükkamatut tegutsemist nõudva probleemiga otsustavalt ei tegele. Kliimamurelike ühiskonnaliikmete sõnavõttud ja teod, sealhulgas koondumine huvirühmadesse, on tä-

hendanud kliimamurega aktiivsete kodanike eristumist passiivsemate demokraatlike protsesside taustal, mille peamiseks väljendusviisiks on valimistel osalemine.

Artikli eesmärk on pakkuda mitmekülgset vaadet olukorrale, kus osa inimesi tajub teravalt kliimaga seotud

Inimeste valmisolek mõista kliimaga seotud tulevikustsenaariume ja seostada neid omaenda tulevikuga on oluliselt suurenenud, kuigi ühiskonnad selle edasilükkamatut tegutsemist nõudva probleemiga otsustavalt ei tegele.

muutuste ohtlikkust, ent peavad sellele lahendusi otsima kahaneva, kuid siiski laialt levinud ükskõiksuse taustal. Artikkel annab esmalt ülevaate elanike kliimahoiaikutest ja mõnest muret tekitavast tagajärjest inimeste käitumisele. Sellele järgneb analüüs Eesti kliimamurelike inimeste kogemustest, et välja selgitada, kuidas võib suurem teadlikkus mõjuda elumuutvalt. Kirjeldame kliimamurest võrsuvat uut sotsiaalsust, mille mõju vaimsele tervisele ja heaolule on turgutav ja toetav.

Analüüs põhineb kliimamurega seotud statistilistel andmetel ning sotsioloogilistel ja antropoloogilistel uurimustel. Viimaseid oleme teinud alates 2019. aastast. Andmed pärinevad kliima- ja keskkonnaliikumiste esindajate hulgas läbi viidavast etnograafilisest välitööst sotsiaalmeedias ning reaalelus toimuvatest osalusvaatlustest, samuti rohkem kui 30 aktivistiga tehtud intervjuudest. Osa tsitaate on pärit Anna Silvia Seemeli bakalaureuse-tööst (Seemel 2021). Enamik intervjuerituid on seotud liikumistega „Reeded tuleviku nimel“ ja „Vastuhakk väljasurmisele“ ning pärit peamiselt suurematel Eesti linnadest¹.

Sobivam on rääkida kliimamurest kui kliimaärevusest

Kliimamuutusest põhjustatud loodusõnnetused võivad esile kutsuda psühholoogilisi probleeme, mis väljenduvad kurbuse, ärevuse, ängistuse, leina, viha, depressiooni, stressi ja muude emotsionaalsete seisunditena (Stanley 2021; Cunsolo Willox ja Ellis 2018). Neid tundeid on tähistatud uute terminitega nagu solastalgia² (Galway

jt 2019) või pretraumaatilise stressi sündroom (Kaplan 2015). Kliimamuutuse mõjuga inimese vaimsele tervisele tegeleb ökopsühholoogia raames kujunenud psühholoogia uus valdkond – kliimapsühholoogia (Climate Psychology Alliance 2020).

Ülemaailmse kliimakriisi ja keskkonnakatastroofi ohu ning sellest tekkiva ebakindlusega seotud tulevikuvaatelisi emotsioone on eesti keeles seni peamiselt kirjeldatud kliima- või ökoärevuse-na. Ärevus aga ei pruugi sisaldada seost tajutud ohu ja subjektiivse tunde vahel, vaid jätab võimaluse seda tõlgendada isikliku negatiivse emotsioonina, mis ei ole ilmingimata seotud reaalse ohuga. Kliimaga seotu puhul ei ole aga tegemist mitte subjektiivse tunde ega vaimse tervise häirega, vaid „päris-elu stressoriga“ (O'Brien ja Elders 2021). Kliimaärevus ei kirjelda piisava selgusega, et emotsionaalse reaktsiooni taga on reaalne ja tõsine probleem. Terminit „ärevus“ tunnetavad kliimamuutuse pärast mures inimesed jõuetusele ja nõrkusele viitavana ning agentsust ja suutlikkust öönestavana, samas kui termineid „kliimalein“, „kliimahirm“ ja „kliimamure“ peetakse märksa täpsemateks ja jõustavamateks.

Terminikasutuse ülevaatamine on vajalik ka selle sotsiaalsete tagajärgede tõttu. Kliimateadlike ühiskonnaliikmete mure üks allikaid on kogemus, et suur osa ühiskonnast ei suutu kliimaprobleemi piisava tõsidusega. Mure pisendamine kliimaprobleemi tõstatajaid „ärevateks“ sildistades ei toeta neid lahenduste otsinguil, vaid vähendab inimeste suutlikkust ületada mure ja hirmuga seotud apaatsust või paanikat tekitavat mõju ja otsida mõttekaaslasti lahenduste leidmiseks. Kui ühiskonnas viidatakse probleemile kui kujuteldavale, mitte tegelikule, ja puudub laiema

¹ Uurimistööd on finantseerinud Eesti Teadusagentuur (PRG908).

² Keskkonnamuutustest põhjustatud stress.

Termin „kliimamure“ viitab tegeliku olukorraga põhjendatud ja stressi tekitavale murele reaalse kliimamuutustest tulenevate ohtude ees. Kliimaärevus ei kirjelda piisava selgusega, et emotsionaalse reaktsiooni taga on reaalne ja tõsine probleem.

tegutsemise vajaduse mõistmine, siis võib säärases ükskõiksuses ja sildistavas keskkonnas kliimamurelikkusest saada reaalne vaimse tervise probleem (O'Brien ja Elders 2022, Pihkala 2020). Kui aga ühiskonnas laiemalt mõistetakse ja tunnistatakse kliimamuutuse probleemi ja selle lahenduste nimel tegutsemise vajadust, võib see leevendada ohtu vaimsele tervisele, koondada inimesi probleemiga tegelema ja suurendada vastupidavust. Neil põhjustel kasutame artiklis läbivalt terminit „kliimamure“, mis viitab tegeliku olukorraga põhjendatud ja stressi tekitavale murele reaalse kliimamuutustest tulenevate ohtude ees. See osutab sobivalt selliseid tundeid põhjustavale tegelikkusele.

Kliimamuutuse eripärad kujundavad kliimamure levikut ja olemust

Kliimamuret põhjustavat kliimamuutust iseloomustab mitu erijoont, mis eristavad seda teistest vaimset tervist mõjutavatest keskkonnaprobleemidest (Pihkala 2020). Esiteks on kliimamuutuse näol tegemist globaalse ja süsteemse probleemiga. Sellega kaasnevad muutused ei ole

tingimata kohalikul tasandil hoomatavad, nagu on näiteks õhusaaste või müra. Lokaalsed ilmastikuolud ei anna selget arusaama laiematest kliimaprotsessidest, ammugi mitte konkreetsetes paigas ees ootavast muutusest. Ometi on kliimamuutust vaja ohjata, kuid ühiskondade üksiktegevused muudatusteks majanduses, poliitikas või igapäevaelus ei ole piisavad kliimamuutuse pidurdamiseks.

Teine iseloomulik joon on probleemi tulevikulisus, kujunemisjärgus olek. See võib hirmu suurendada, kuna tulevikku ei ole isegi parimate mudelite järgi võimalik lõpuni ennustada. Samuti on ettearvamatut, mis võib toimuda sellises olukorras inimühiskondadega. Eestis, kus reaalelus kogetakse kliimamuutust seni suhteliselt piiratud, vahendavad kliimamuret esmajärjekorras meedia ja poliitilised otsustajad. Inimesed tunnevad seda infokildude põhjal abstraheritud murena tulevikulootuste kadumise ning kliimamuutuste tõsiste tagajärgede saabumise kiiruse pärast.

Nii sõltub kliimamure sellest, kas ja kuidas avalikud arutelud ühiskonnas üldisemalt teaduslikke ja abstraktseid probleeme käsitlevad ning neid tava-keelde tõlgivad. Laiemalt sõltub see ka sellest, kuivõrd mõistetakse ja usaldatakse teadust tervikliku reaalsuse peegeldusena ning teaduse suutlikkust luua adekvaatseid tulevikumudeleid. Oma rolli mängib ka eri teadusharude sõnumite sarnasuse hoomamine (näiteks, et kliimamuutuse tagajärjed on näha nii klimatoloogidele kui ka bioloogidele), teaduse abstraktsete sõnumite igapäevakeelde tõlkimise kvaliteet ja haare ning elanikkonna teadushariduse tase. Erinevalt konkreetsetest, kohapeal mõõdetavatest keskkonnasaaste parameetritest nõuab kliimamuutuse oma globaalses, tulevikulises ja abstraheritud olemuses lahtiseletamist, et probleemi hakkaks mõistma kogu ühiskond, sealhulgas need, kelle käitumisest (sh eriti

tootmis- ja tarbimispraktikatest) sõltub probleemi lahendamine, kuid kelleni ühiskondlik mõju jõuab otsekuu läbi isolatsioonikihi.

Suurem osa kliimateadlikke kodanikke on kriitilised olemasoleva majandussüsteemi ja ühiskonna ülesehituse suhtes, sest just neid kahte nähakse kliimaprobleemi peamise allikana.

Suurem osa kliimateadlikke kodanikke on kriitilised olemasoleva majandussüsteemi ja ühiskonna ülesehituse suhtes, sest just neid kahte nähakse kliimaprobleemi peamise allikana. Majanduskasvu ei nähta mitte positiivse trendina, vaid ollakse teadlikud selle kliimariske suurendavatest, loodust kurnavatest tagajärgedest. Kliimamuret käivitab kogemus, et ühiskondlikud institutsioonid ei saa suure tõenäosusega kliimaprobleemi haldamise ja vältimisega hakkama seetõttu, et need ei suuda funktsioneerida väljaspool kapitalistlikku majandussüsteemi ja kasvuideoloogiat. Selle tõttu nähakse kliimamuutust „ülinurjatu probleemina“ (Gillighan ja Vanderbergh 2020), mis tuleb lahendada piiratud ajaraamides, mida ei saa keskselt juhtida, mille lahendajad on ka probleemi põhjustajad ja mida pidurdavad irratsionaalselt jätkuvad poliitilised valikud (Levin jt 2012). Probleemi ülinurjatus peitub ka selle seostes väga paljude muude probleemidega ning selle mõistmine toob esile sügavaid kahtlusi selles, et olemasolev majandussüsteem suudab iseenda tekitatud probleemidega toime tulla, pakkudes lahenduseks vaid rohepesu ja n-ö tehnofiksi².

² Ingl *technofix* – katse lahendada probleeme (nt kliimaprobleeme) veel mitte olemasolevate või vajalikus ulatuses kasutatavate leiutiste abil.

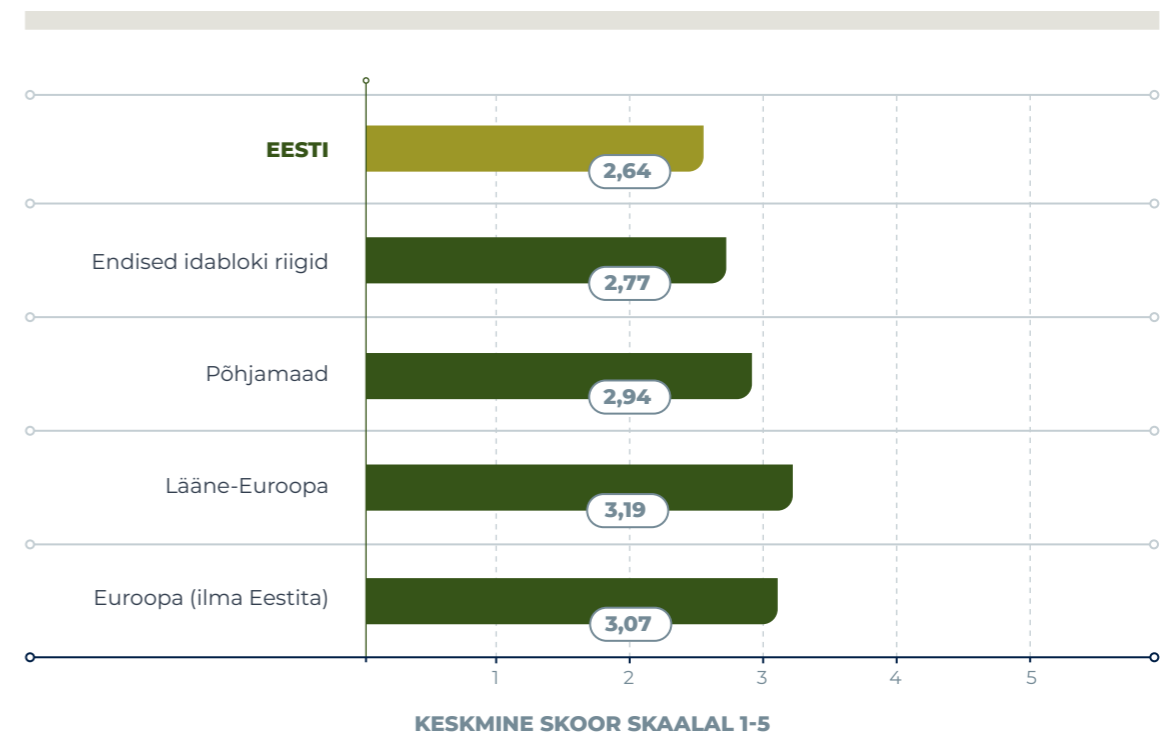
Selliste hinnangute mõjul muudavad kliimamurelikud inimesed tarbimisele ja elustiilile keskendudes oma majanduskäitumist, mis on selles valguses nii majanduse kui ka isiklikul tasandil ainumõeldav suund. Kliimamuutuse tagajärgede ennetamise poole pöördumine tähendab uusi valikuid, uusi tulevikuplaane. Seda võiks pidada kohanevaks, ent ka vaimset tasakaalu pakkuvaks käitumiseks, sest dissonants kliimat hävitavas majanduses tavapärasel moel osalemise ja kliimamure vahel on liiga suur.

Kliimamure tase Eesti ühiskonnas on madal, ent tõusuteel

Kliimamure tase on riikides erinev ja tuleneb kohapealsetest asjaoludest – piirkonna kliimatundlikkusest, avalikul areenil käsitletavatest ohtudest, sotsiaal-majanduslikust olukorrast, keskkonnahoiakutest ja hinnangutest inimese keskkonnamõjule, aga ka konkreetsete arvamusiidrite seisukohtadest (Plüschke-Altöf jt 2020). Nagu kõikjal maailmas, on kliimamure tõusuteel ka Eestis. Eesti elanikkonna keskkonnateadlikkuse uuring (Turu-uuringute AS 2020) osutab, et kui kliimamuutust pidas 2016 tõsiseks probleemiks 10% elanikest, siis aastaks 2020 oli nende hulk kasvanud 18%-ni. Sarnast olukorda kinnitab ka värske Euroopa Investeerimispanka (EIB 2022) uuring, mille järgi on selliseid inimesi Eestis 19%.

Euroopa sotsiaaluuringu (2016) tulemused osutavad võrdluses Euroopa keskmisega Eesti inimeste madalale murelikkuse tasemele (joonis 5.1.1). Esmapilgul võiks seda olukorda seostada kliimaatilise piirkonnaga, kus äär-

Joonis 5.1.1. Keskmise kliimamurelikkuse tase Eesti ja valitud regioonide võrdluses, skaalal 1–5



ALLIKAS: autorite joonis, ESS 2016 andmete põhjal

muslikke ilmastikutingimusi esineb vähesel määral. Joonis 5.1.1 osutab aga, et Eesti murelikkuse tase ei kuulu sugugi samasse gruppi teiste kliimaatilistelt sarnaste Põhjamaadega, vaid me sarnaneme hoopis endiste idabloki riikidega.

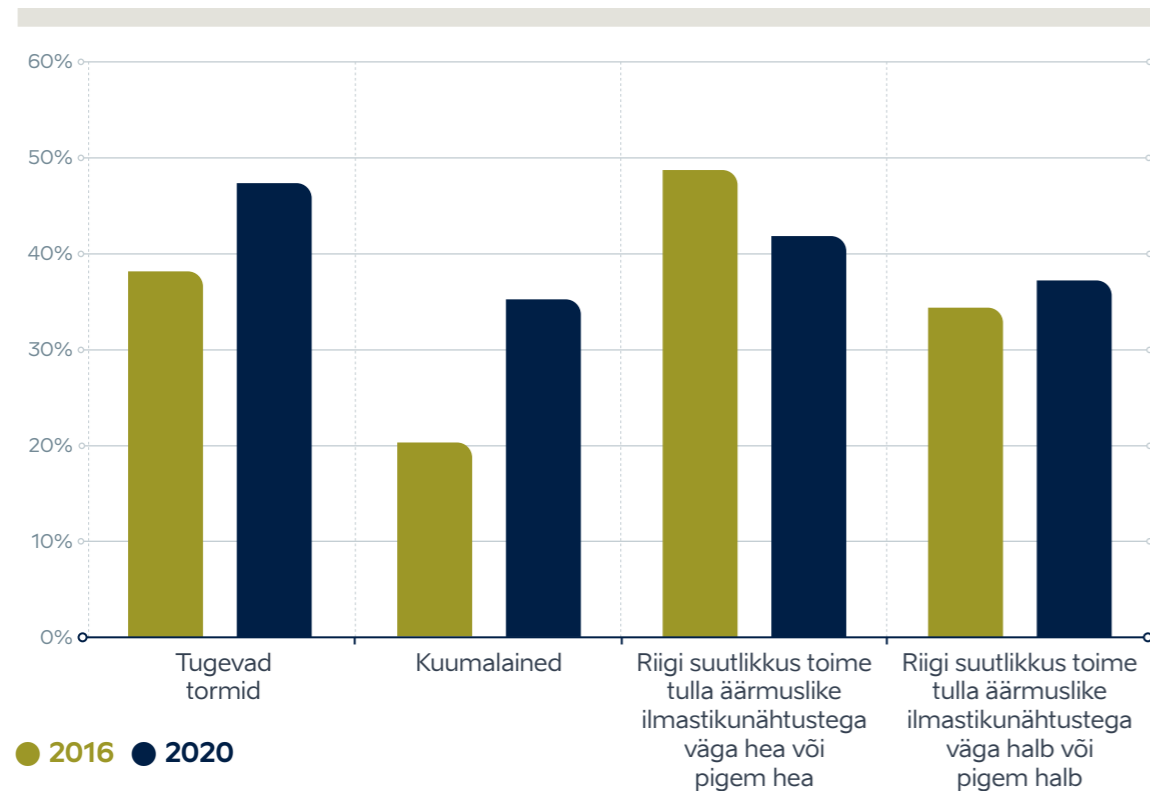
Sugude võrdluses on Euroopa Investeerimispanka uuringu (EIB 2020) andmetel neid, kes kliimamuutusi ei tunnista, märksa rohkem meeste (Eestis 20%; Euroopas 10%) kui naiste hulgas (Eestis 12%; Euroopas 7%). Kliimamuutuse inimtekkelisuses kahtlevad Eesti mehed ja naised samuti erineval tasemel (meestest kahtleb 29%; naistest 16%), nagu ka selles, kuivõrd nad kliimamuutusi oma käitumisega mõjutada võiks (seda ei usu 55% Eesti meestest ja 31% naistest). Inimesi, kes ei usu, et nad oma käitumisega eriti või üldse kliimamuutust mõjutada saavad, on Eestis rohkem (42%) kui Euroopas keskmiselt (31%).

Neid, kes arvavad, et kliimamuutus nende igapäevaelu mõjutab, on Ees-

tis vaid 10% ning 17% Eesti elanikest ei arva, et isegi nende laste elu võiksid kliimamuutused mõjutama hakata. Siiski, koos nendega, kelle arvates mõjutab kliimamuutus igapäevaelu mõnevõrra, on protsent oluliselt suurem – 72%. Ses osas paigutume selgelt kliimaatilistelt sarnasesse gruppi koos teiste Põhja-Euroopa maadega ning jagame põhjamaist veendumust, et sinne asukoht kaitseb ilmastiku eriolukordade eest.

Eesti keskkonnateadlikkuse uuring (Turu-uuringute AS 2020) kirjeldab suurima kliimamuutustest põhjustatud ohu allikaid elanikkonna arvates ja nende hinnangut riigi suutlikkusele selles kontekstis (joonis 5.1.2). Ajaga on hakatud ohtusid olulisemaks tunnistama, kuid väikest kasvutendentsi näitab ka nende inimeste osakaal, kes kahtlevad riigi suutlikkuses äärmuslike kliimanähtustega toime tulla. Kahtlajateks on sagedamini vanemaealised, eestlased, väikelinnade ja asulate ning Kesk- ja Lõuna-Eesti elanikud.

Joonis 5.1.2. Milliseid kliimamuutusest põhjustatud ohtusid peetakse kõige olulisemateks ja kuidas hinnatakse riigi suutlikkust äärmuslike kliimanähtustega toime tulla (%)

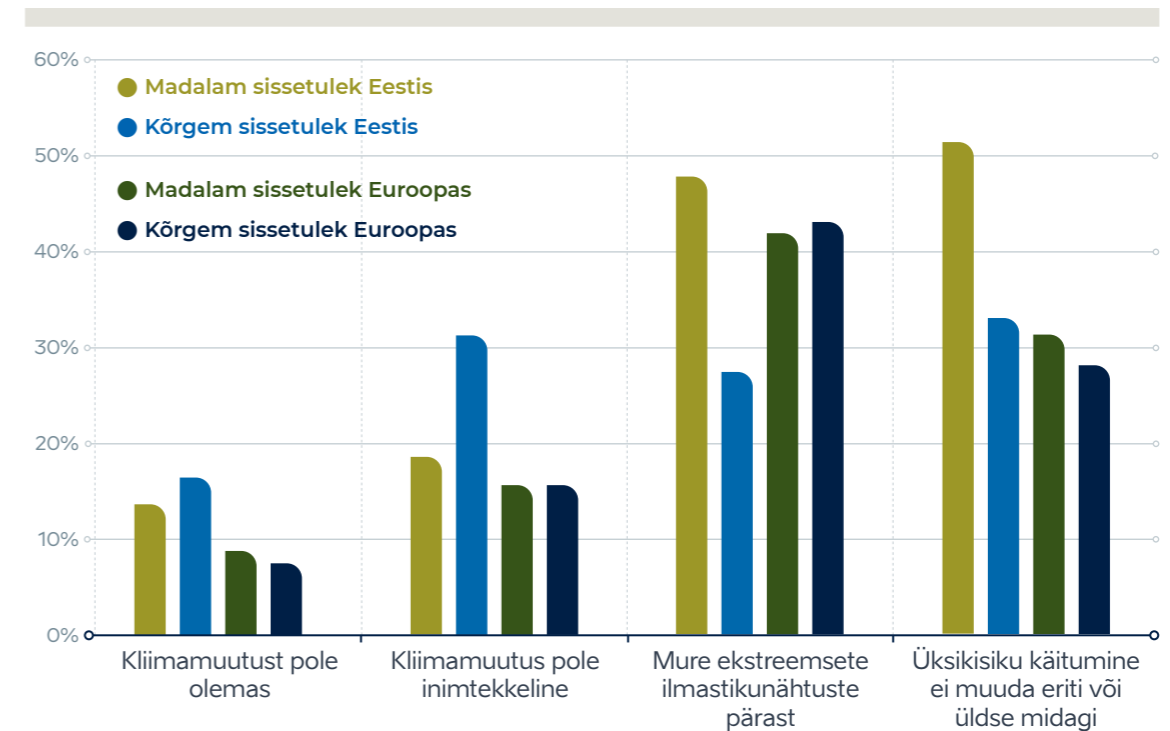


ALLIKAS: autorite joonis, Eesti keskkonnateadlikkuse 2016 ja 2020 uuringu andmete põhjal (Turu-uuringute AS 2020)

Võiks oletada, et ükskõiksus kliimamuutuse suhtes peegeldab sotsiaalmajanduslikke raskusi, ilmajätust, näiteks võimetust leida vaimset energiat teemaga tegelemiseks. Ometi ei näita Euroopa uuringu andmed, et väike sissetulek kuigi silmatorkavalt ükskõiksust suurendaks. Pigem võib märgata vastupidist – just suurema sissetulekuga inimeste hulgas on kliimamuutuse eitajaid ja nende inimtekkelisuses kahtlejad mõnevõrra rohkem. Eriti selge on sissetulekute erinevus ekstreemsete kliimanähtuste pärast muretsemises – väike sissetulek suurendab muret, nagu ka tunnet, et üksikisiku käitumisel pole suurt mõju. Need erinevused on silmatorkavad Euroopa keskmiste sarnasuste taustal (joonis 5.1.3). Euroopa uuringu (EIB 2022) tulemustest selgub ka, et Eesti elanikud on lausa neljandal kohal hirmu poolest, et rohepoliitika nende ostujõudu võiksid vähendada.

Euroopa uuring (EIB 2022) osutab, et 67% Eesti elanikest on veendunud, et nad ise teevad oma igapäevaelus kõik, mida vähegi saavad, et kliimamuutuste vastu võidelda. Samas usub vaid 35%, et ka kaaskodanikud seda teevad. See vahe arvamustes on märkimisväärne just teiste riikidega võrreldes: vahed on suuremad Lõuna-Euroopa ning väiksemad Põhja-Euroopa riikides. Käärid kliimamuutuse kogemise ning kaaskodanike muutusvalmiduse vahel tekitavad inimestes arvatavasti frustratsiooni, mis on suurem lõunapoolsetes piirkondades, kus muutused on selgemalt tunnetatavad. Eesti on oma põhjamaise asukoha mõttes üpris ebatavaline. Asukoha ja tausta mõttes peaksid meie näitajad olema Leedu ja Läti omadest väiksemad, ent ei ole. Kvantitatiivsed andmed paraku ei selgita, mis suurendab eesti elanike usaldamatust kaaskodanike tegutsemisvalmiduse suhtes.

Joonis 5.1.3. Kliimamuutusega seotud hoiakud madalama ja kõrgema sissetulekutase-mega elanikkonna võrdluses Eestis ja Euroopas (%)



ALLIKAS: autorite joonis, EIB 2020 andmete põhjal

KLIIMAMURE MÕJUTAB INIMESTE KÄITUMIST

Kliimamurel on käegakatsutavad tagajärjed ning valmisolek oma käitumist kliima nimel muuta on suhteliselt levinud ka Eestis:

- 14% on juba otsustavalt vähendanud loomaliha söömist või selle lõpetanud
- 38% ostab kohalikke toiduaineid
- 27% sõidab rattaga või käib jala (19% teeb seda kliimamuutusele viidates)
- 13% on hüljanud auto
- 20% käib puhkamas kodumaal või selle lähistel
- 24% ei lenda

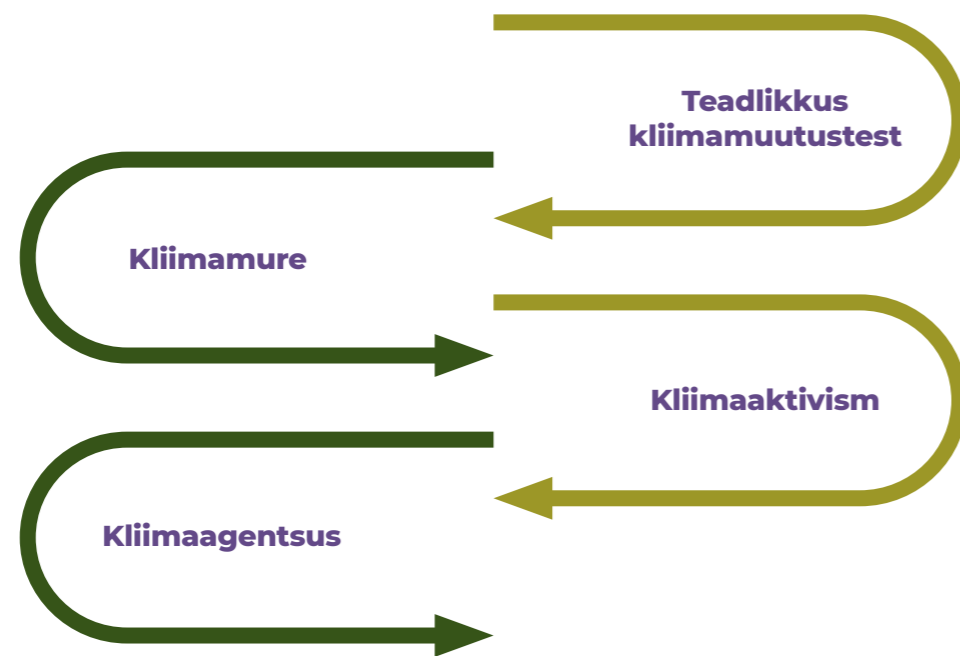
Samas on nende hulk, kes midagi kliima nimel ei tee ega paista kavatsevatki teha, silmatorkav:

- 37% ei kavatsegi loomaliha söömist sel eesmärgil vähendada
- 27% ei soovi ostma hakata kohalikke tooteid
- 19% ei plaani vähendada autokasutust
- 32% ei näe ette, et nad hakkaksid kasutama ühistransporti
- 40% ei mõtle vähem lennata
- 50% ei kavatse loobuda oma unistuste reisist kaugemale maale

Neid jõujooni arvestades tunnevad tõsiselt murelikud elanikud tõenäoliselt, et nende kaaskodanikud ei jaga nende muret.

ALLIKAS: EIB 2020 ja EIB 2022

Joonis 5.1.4. Ideaalmudel kliimamuutuse teadvustamisest tegutsemiseni



ALLIKAS: autorite joonis

MÄRKUS: Sõltuvalt kontekstist ja ühiskonna suhtumisest võib teekond viia ka mujale, näiteks apaatsuseni või individuaalsete lahenduste otsingutele.

Kliimamurelike kogemused Eesti ühiskonnas

Et heita pilku kliimamure sisulisele poolele – sellele, kuidas ümbritsev hoolivus või ükskõiksus, tegevusetus või tegutsemine mõjutab kliimamurelike ja mida mure või hirm neile tähendab –, vaatleme etnograafilisi andmeid. Kliima pärast tõsiselt muresevate inimeste eristamine ülejäänud elanikkonnast pole kerge ülesanne, kuivõrd mure väljendamine sõltub kontekstist: ümbritsev ükskõiksus kliimaprobleemi suhtes teeb raskemaks oma mure väljanäitamise. Suhtluskeskkond võib olla taoliste mureavalduste suhtes suisa vaenulik. Viimase kolme-nelja aasta jooksul on teema muutunud aktuaalsemaks, ent koos uute ülemaailmsete kliimaliikumistega on nende esindajaid ja neis osalejaid tabanud ka

kriitika avalikel areenidel ajakirjandusest sotsiaalmeediani. Osa murelike võib oma ängistust vaka all hoida, teised räägivad sellest vaid kitsamas ringis. Vaatleme siin inimesi, kelle kliimamure väljendub üsna selgelt, näiteks kliima- ja keskkonnatulevikule keskenduvates gruppides osalemises. Sellised uuritavad võimaldavad sissevaadet mitte ainult muresse endasse, vaid ka sellest lähtuvasse tegevusse.

Kliimaagentsus ehk kliimamure leevendamise nimel tegutsemise võimekus on inimeste suutlikkus teha valikuid kliimamuutuste pidurdamiseks ja neid valikuid ühiskonnas või grupis ellu viia.

Vaimse tervisega seotud küsimused moodustavad küll siinse artikli raami, kuid me ei lähene neile psühholoogilisest vaatenurgast. Selle asemel vaatleme kliimamuret kui vaimset tervist puudutavat kogemust, mis vahendab inimsuhteid ning millel on seos inimeste tegevuse ja arusaamade, keskkonna ja tulevikuvaatega. Kliimamure kogemine on oluline samm kliimaagentsuseni (Pearse jt 2018, lk 340–342) ehk kliimamuutuse vastu tegutsemise võimekuse saavutamiseni. Kliimaagentsus eeldab kliimaprobleemide abstraktsuse ületamist nii, et inimene hakkab otsima konkreetseid viise lahendusteks ja toetavaid võrgustikke (joonis 5.1.4).

Kliimamurest ei ole tagasiteed

Paljude meie uuringus osalenud kliimamurelike esimene kokkupuude kliimaprobleemidega oli info teaduslike andmete kohta meedias ja sotsiaalmeedias. Uus teadmine käivitas soovi infot juurde otsida, mis omakorda on aga avanud inimeste silmad probleemi keerukusele ja ohu lähedusele. See kogemus võib olla maailma muutev. Üks meie noorimaid vastajaid nendib: „... kui [kliimateema] mulle endale kohale jõudis pool aastat tagasi, [sain aru] et sa tegeledki sellega elu lõpuni“ (Gerli⁴, 17). Teine noor kirjeldab oma muret ja pere muret koorma pärast, mis ta sellega oma õlule on võtnud: „Samas ma ei oska enam teistmoodi, nüüd ma olen rohkem globaalse mõtlemisega ja mul on raske mitte seda teha. Sellest ei ole väga tagasiteed“ (Mai, 19).

Mitu intervjuueeritut toovad esile, et esimesed kokkupuuted kliimapro-

leemidega tekitasid neis negatiivseid emotsioone: kurbust, meeleheidet, depressiooni ja viha, mis ajapikku on muutunud leppimiseks. Emotsioonid võivadki liikuda üsna laialdi diapasoosil ja lainetena ning paljud kirjeldavad oma hirmu kujuneva protsessina. Näiteks oli alguses „rusuv, rõhuv teadmine, mis muutus mingi hetk vihaks. [...] Siis oli leppimine ja siis ma uurisin veel rohkem süvitsi ja sellest tekkis uus masenduse laine“ (Seemel 2021). Hirm on osalt puhteksistentsiaalne – nagu võtab kokku Häli (16), kes tõdeb: „... võib-olla ma lihtsalt suren 30-aastaselt, sest et ... mingi kliimamuutuste mõju.“ Teisalt ärgitab hirm tegutsema: „Hirm on minu jaoks hästi suur motivaator, miks ma üldse tegelen kliimaaktivismiga, ma ei taha elada sellises maailmas tulevikus, nagu praegu ennustatakse“ (Alvar 20).

Kliimamures tuntakse end üksi

Intervjuueeritavate hulgas suurendab hirmu tunne, et oma murega ollakse üksi. Kui osalt leevendavad seda sotsiaalmeediagrupid, siis isiklik läbikäimine sarnaselt mõtlevate inimestega on enamasti suurlinnaelanike ja juba mingites keskkondlikult mõtlevates kogukondades elavate inimeste privileeg. Ehkki statistika näitab, et mures olevaid inimesi on üksjagu, on skaala „äärmiselt mures“ olevas otsas siiski vaid väike osa inimestest, ja nad ei pruugi tingimata üksteiseni jõuda, kui nad elavad väikelinnades või maal või kui nad ei kasuta sotsiaalmeediat.

Äärmuslik mure globaalse, kogu inimkonna jõupingutust nõudva probleemi pärast tähendab, et selline koorem väikese grupi õlul tundub eriti

⁴ Kõik nimed on pseudonüümid.

Hirmu suurendab tunne, et oma murega ollakse üksi. Murelikkuse tase on seotud selle jagamise võimaluse puudumisega ja kogemusega, et kaaskondlastele on ohutust tulevikust olulisem mugavus.

raske. Murelikkuse tase on seotud niisiis selle jagamise võimaluse puudumisega ja kogemusega, et kaaskondlastele on ohutust tulevikust olulisem mugavus: „... ei taha ennast muuta lihtsalt ... nagu nii on mugavam, nii mugav on oma elu jätkata ja et [---] ei taha lihtsalt [---] sellest nagu lahti lasta, et ma ei saa enam autoga sõita“ (Anna, 16). Ümbritsejate ükskõiksus suurendab muret: „... [nad] ei jaga nagu sellest, et mis on need reaalsed tagajärjed, kuidas nagu minu elu mõjutab, eks ju. Keegi ei seosta seda ära“ (Gerli, 17). Oma vastakaid tundeid muretu ühiskonna ja enda teadlikkuse vahel kirjeldab 17-aastane Kadri millenagi, mida ta on hakanud nimetama „[---] skisofreeniliseks tundeks. Et ühelt poolt ma loen IPCC raportit vms, et aeg kliimamuutusteks hakkab otsa saama ja me oleme teel suure kriisi poole, ja siis ma vaatan enda ümber, et inimesed on nii rahulikud, grillivad endiselt mitusada grammi šašlõkki näkku ja ostavad endale järjest uusi autosid ja suuremaid maju ja üldse kedagi ei huvita. Ja siis tekib selline paralleelmaailmas elamise tunne ja see tegelikult on aegajalt päris hirmus.“

Murelikkus võib inimest teistest eraldada, kui nood teemat tühiseks peavad. Sellises kontekstis tekib tunne, et kliimamuutusest rääkimine vaid tüütab ja ärritab ümbritsejaid. Mitu vastajat mainib niisugust kogemust, näiteks: „[---] ma ei taha seda keskkonnateemat nii väga peale suruda inimestele,

sest [---] ilmselt ma väga ei meeldiks neile, sest see oleks tüütu“ (Häli, 16).

Lõhe kliimamuutusest kui probleemist arusaamise ja selle vältimiseks või leevendamiseks tegutsemise vahel on miski, mida kliimamurelikud valusalt märkavad. Nad tõdeavad, et isegi need, kes nõustuvad ja võtavad probleeme tõsiselt, „[---] ei suuda hoomata seda, et nad peaksid oma elus midagi muutma või ohverdama selle nimel, et sellega nüüd tegeleda. Nad on valmis sellega tegelema, kui see on neile hea ja mugav, sobib graafikusse ja ei võta neilt muudelt tegevustelt aega ära“ (Viire, 30).

Hirm kaotatud tuleviku pärast

Välitööde põhjal saab väita, et üks läbivaid hirme on kaotatud tulevik ja teadmatus tulevikust: „Ma üldse ei tea, mida niimoodi tulevik võib mulle tuua, [---] sellepärast see ongi nii hirmus, et see on hästi ebastabiilne, me ei tea, mis võib juhtuda kõik,“ tõdeb Alvar (20). Nooremate vastajate jaoks, kelle elutee valikud on kujunenud järjargus, on tulevikuvõimaluste moondumine kliimamuutuste tõttu masendav: „... kõik varasemad mõtted, mis mul olid, neist on vähe kasu, kui kliima läheb metsa, sest kõik, mida ma teen, ma teen ju kliimaga keskkonnas“ (Kadri, 17). Kliimateadlikkusele eelnenud tulevikukujutelmad on mitme kliimamureliku kirjeldustes kadunud, mõttetuks osutunud või justkui külmutatud, ootele pandud: „... see terve maailmapilt, mis mul on olnud enda tulevikust, [---] appi, et tegelikult seda nagu põhimõtteliselt enam ei olegi [---] Praegu [---] ma tunnen, et ma ei saa oma elu ette planeerida“ (Anna, 16).

Elada justkui otsapidi muret tekitavas tulevikus on üsna omane kõigile kliimamurelikele. Hirmu üks osa on

Üks läbivaid hirme on kaotatud tulevik ja teadmatus tulevikust. Nii-öelda maailmalõpuks valmistumine keset ükskõikset, rahumeeli vanaviisi elavat ühiskonda on kummaliselt võõrandav ja hirmutav.

ka ebaselgus. Teadmatus ja võimetus kontrollida teadmiste kaudu seda, millal ja kuidas kliimaprotsessidel võib olla otsene mõju inimesele endale, on uuringus osalejatele ängistav. Paljud mõtleavad sellele, milliseks kujuneb ühiskond olukorras, kus otsesemalt või kaudsemalt kliimamuutuste mõjul võib aset leida ühiskondlik kollaps. Ent nii-öelda maailmalõpuks valmistumine keset ükskõikset, rahumeeli vanaviisi elavat ühiskonda on kummaliselt võõrandav ja hirmutav.

Ebakindlale tulevikule peavad murelikud silma vaatama sedavõrd sageli, et nad jõuavad oma hirmu ka mingil moel ületada ja eneses teatava rahu leida: „Ühelt poolt mul on hirm, et süsteem kukub kokku, ja teiselt poolt mul on lootus, et see kukub võimalikult kähku [---] – mida kiiremini see kokku kukub, seda kiiremini on võimalik midagi rohkem funktsionaalset ehitada“ (Marek, 26).

Kliimamurelikkuse positiivsed mõjud vaimsele tervisele ja healole

Kliimamure senine käsitlemine kliimaärevusena on tähendanud, et kliimateadlikkust seostatakse psüühiliste probleemidega, mille

muretsemine võib kaasa tuua. Ometi on meie uuritute jaoks teadlikkus tee kliimaagentsuseni, mille kaudu saab oma hirmu hallata, sellele vastu astuda ja see tegevusse pöörata. Kliimaagentsuse taga on selge arusaam, et kliimamuutus on meie ajastu olulisim teema, ja otsus seda võtta asjakohase tõsidusega. Sellest lähtuvate elumuutuste hulka kuulub ka kliimaaktiivsus, et otsida teadmisi ja lahendusi, teavitada teisi ja nõuda avalikult lahendustega tegelemist.

Kuigi kliima- ja keskkonnateemadega tegelemine võib tekitada sügavat kurbust või ängistust, tunnevad selleni jõudnud tänuikkust saadud teadmiste eest. Teadlikkus on väärtus, mille pinnalt edasi mõtlemine aitab tulevikuks valmistuda: „Oli mis see algus oli, päris piin – nüüd on ikkagi tunne, et ma olen nagu mitme sammu võrra mõtlemises ees. Et mul on teadmisi, mida ma saan ka teistele jagada. Ja töötada, et oleks paremad inimsuhted, enne kui ühiskond üsna ära laguneb [---]“ (Tiia, 46).

Kuigi kliima- ja keskkonnateemadega tegelemine võib tekitada sügavat kurbust või ängistust, tunnevad selleni jõudnud tänuikkust saadud teadmiste eest. Teadlikkus on väärtus, mille pinnalt edasi mõtlemine aitab tulevikuks valmistuda.

Liiga mustade tulevikustsenaariumide edastamise eest on kliimateemaga seoses hoiatatud aastakümneid, sest sellest tekkiv masendus viib apaatiani või isegi inimtekkelise kliimamuutuse eitamiseni. Ometi on just kliimamuutuse asemel kliimakriisist rääkimise ajastul toimunud kodanike kiire aktiveerumine (Reichel jt illumas). Just

kurjakuulutatav sõnum kliimakriisist tõi Eestis 2019. aasta märtsis „Maailma kliimastreigile“ Toompeale Riigikogu hoone ette streikima sadu noori.

Ehkki kliimaaktiivseid noori on kaaskodanikud näinud ärevil ja paanikas grupina, kelle pärast ühiskond peaks muretsema ja kes suurendavad ärevust ka kõrvaltvaatajatel, on aktiivsus võimalik näha hoopis teise nurga alt. Murest ja hirmust jõutakse sageli aktivismini, mis aitab murest üle ja mis juhib inimesed pigem rahulikumatesse vetesse. Aktivism pakub justkui tugigruppi, kellega on võimalik muret ja ärevust tekitavad aspektid turvaliselt läbi arutada. Veel enam, tõsiasi, et selline grupp tegutseb probleemi lahendamise nimel, võimaldab oma mure pöörata tegutsemisenergiaks. See aga suurendab vaimset vastupidavust (Pihkala 2020).

Jagatud mure on motiveeriv ja annab jõudu ning kliimaaktivismi rahvusvaheline haare annab sellele veel täiendava mõõtme: „[---] meil on kõikidel sarnased hirmud ja lootused ja mured selle kliima ja aktivismiga seoses, see andis veel rohkem jõudu juurde kuidagi ja eriti see rahvusvaheline tunne, et me tuleme kõik kokku, meil on kõigil üks ja sama eesmärk. See oli väga elumuutev minu jaoks“ (Mai, 19). Grupis osalemine ja tegutsemine leevendab nii hirmu, et teema pärast muretsemaid ja muutusteks valmis olevaid inimesi pole, kui ka lootusetuse tunnet, et mitte midagi ei ole mõtet teha. Hirmu võib näha elumuutva katalüsaatorina, kuid

Kliimaliikumised on alguse saanud inimeste murest, mis tähendab ühtlasi, et inimesed on teadlikud teema mõjust nende vaimsele heaolule.

kliimamurelike psüühiline seisund ei võrdu passiivsuse või käegaloomisega.

Kliimamurelikud tegelevad aktiivselt vaimse tervise hoidmisega

Kliimaliikumistes osalejaid ootab lisaks tugigrupile ja tegutsemisest punguvale agentsusele ees ka teadlikkus vaimse tervise olulisusest. Kliimaliikumised on alguse saanud inimeste murest, mis tähendab ühtlasi, et inimesed on teadlikud teema mõjust nende vaimsele heaolule. Mitu kliimagruppi on tähelepanu alla võtnud vaimse tasakaalu: „*Kindlasti kliimaaktivismiga on see, et meil on tugevam argument või tugevam motivatsioon vältida sellist läbipõlemise asja, sest kogu selle asja mõte on ju jätkusuutlikkus ja jätkusuutlikkus nii maailmas loodusega jne kui ka liikumises endas ...*“ (Mai, 19). Ka eneseanalüüs on olulisel kohal ning laseb mõista, kuhu aktivism tasakaalus kuulub: „*Samas jääda ka rahulikuks, mitte lasta muserdada kõigest sellest, mis toimub. Mul on tunne, et vahepeal oli mul raske aktiivne olemisega, kui vaadata, kui halvasti kõik on*“ (Anna, 16).

Neid mõtteid toetab ka otseselt vaimsest tervisest kõnelev aktivist: „*... ma olen kokku puutunud inimestega, kellel on meeletud traumad, aga ma saan aru, et lihtsalt see ongi nii emotsionaalne teema. [---] Seetõttu mina olen praegu natuke läinud sinna suunda, et mind huvitab väga just vaimse tervise hoidmine ...*“ (Cäthy, 30). Tasakaalu hoitakse ka piire tõmmates, kui palju muret süvendada võivate teemadega üldse tegeleda: „*... meil on reegel, et me võib-olla kaks tundi päevas jaksame nendest teemadest rääkida ja siis lõpetame ära ja hakkame mingist spordist rääkima või midagi. Selles ei saa kogu aeg sees elada*“ (Artur, 31).

Niisiis aitab kliimateadlikes gruppides – nii reaalses kui virtuaalses – osalemine mitmel tasandil. Esmalt selle kaudu, et mure objektiks oleva küsimusega tegeletakse infot ja parimaid lahendusi otsides. Teiseks leitakse toe-

tav sotsiaalne keskkond, kus ühiselt probleemi lahendamise nimel tegutseda. Kolmandaks tegeletakse vaimse tervise küsimustega sellistes keskkondades teadlikult.

KOKKUVÕTE

Kliimamurelikkus tähendab teadlikkust globaalsest, süsteemsest, tulevikku ulatuvast probleemist, millega ühiskonnad ja kaaskodanikud ei tegele piisava tõsidusega. Ehkki äärmiselt kliimamurelike arv on väike, on teadlikkuse kasv selge trend, mida mõjutab nii info kliimaga seotud katastroofidest kaugemal kui ka isiklikult kogetud muutused ilmastikus. Tõusutrendis kliimamure pole aga passiivne, apaatne paanika, vaid juhib murele leevendust otsivad inimesed uute teadmiste ja gruppideni, kes jagavad ja vahendavad kliimamurele vastavaid teadmisi ning pakuvad tegutsemisväljundeid. Sellisena on kliimamure tee kliimaagentsuseni ja võimaluseni oma mure suunata uutesse sotsiaalsete suhetesse ja tegevustesse, millel on omakorda olukorda ja üldisi trende vormiv mõju. Niisiis on tegemist mitte vaimse tervise probleemiga, vaid reaalsest probleemist ajendatud lahendusi otsiva kohanemisprotsessiga.

Tuleb siiski silmas pidada, et tee kliimaagentsuseni ei pruugi olla enesestmõistetav. Vaimse tervise seisukohalt on oluline, et osale inimestest tähendab kliimamurelikkus eri etappides toimetulekuvõime vähenemist ja riski vaimse tervise probleemide tekkimiseks. Seda aga eelkõige siis, kui nad ei leia mingit viisi oma mure jagamiseks ja ümbersuunamiseks. Keskkonnaga seotud vaimse tervise probleemid on

märgid, et midagi on inimeste ja keskkonna omavahelises suhtes valesti. Sellele peaks tähelepanu pöörama kogu ühiskond, mitte ainult need, kes seda selgemalt kogevad.

Mure või hirm vastusena ohtlikule olukorrale on adekvaatne, nagu ka sotsiaalse toe otsimine sellises olukorras. Kliimateadlikud inimesed on enamasti teadlikud ka vaimse tervise hoidmise olulisusest. Kliimamuutuse ja keskkonnakahjude tõsiselt võtmine ja sellele lahenduste rakendamine peaks olema Eesti ühiskonna ühine eesmärk. Siis saab kliimakohanemisega päriselt tegeleda ja see omakorda aitab leevendada kliimamuutusest tekkinud kogetavaid tagajärgi, aga ka toetada teaduspõhist keskkonna- ja kliimateadlikkust, soodustada kliimamurelike inimeste koondumist ühise eesmärgi nimel tegutsemiseks ning nende inimeste hulgas vaimse tervise hoidmist ja edendamist. ●

Kliimamure näol on tegemist mitte vaimse tervise probleemiga, vaid reaalsest probleemist ajendatud lahendusi otsiva kohanemisprotsessiga.

Mure või hirm vastusena ohtlikule olukorrale on adekvaatne, nagu ka sotsiaalse toe otsimine sellises olukorras.

VIIDATUD ALLIKAD

Climate Psychology Alliance 2020. The Handbook of Climate Psychology. Climate Psychology Alliance. <https://www.climatepsychologyalliance.org/index.php/component/content/article/climate-psychology-handbook?catid=15&Itemid=101>.

Cunsolo Willox, A., Ellis, N. R. 2018. Ecological grief as a mental health response to climate change-related loss. – Nature Climate Change, 8, 275–281.

EIB 2020 – European Investment Bank 2020. The EIB Climate Survey 2019–2020 Database. Luxembourg: European Investment Bank. <https://www.eib.org/en/surveys/2nd-climate-survey/index.htm>.

EIB 2022 – European Investment Bank 2022. The EIB Climate Survey: Citizens call for green recovery. Luxembourg: European Investment Bank.

ESS8 2016. Public Attitudes to Climate Change. European Social Survey. <https://www.europeansocialsurvey.org/data/themes.html?t=climatech>.

Galway, L. P., Beery, Th., Jones-Casey, K., Tasala, K. 2019. Mapping the solastalgia literature: A scoping review study. – International Journal of Environmental Research and Public Health, 16(15), 2662.

Gilligan, J. M., Vanderbergh, M. P. 2020. Beyond wickedness: Managing complex systems and climate change. – Vanderbilt Law Review, 73(6), 1777–1810.

Kaplan, E. A. 2015. Climate Trauma: Foreseeing the future in dystopian film and fiction. New Brunswick (NJ), London: Rutgers University Press.

Levin, K., Cashore, B., Bernstein, S., Auld, G. 2012. Overcoming the tragedy of super wicked problems: Constraining our future selves to ameliorate global climate change. – Policy Sciences, 45(2), 123–152.

O'Brien, A. J., Elders, A. 2022. Editorial: Climate anxiety. When it's good to be worried. – Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing, 29, 387–389.

Pearse, R., Goodman, J., Rosewarne, S. 2010. Researching direct action against carbon emissions: A digital ethnography of climate agency. – Cosmopolitan Civil Societies: An Interdisciplinary Journal, 2(3), 76–103.

Pihkala, P. 2020. Anxiety and the ecological crisis: An analysis of eco-anxiety and climate anxiety. – Sustainability, 12(19), 7836.

Plüschke-Altöf, B., Vacht, P., Sooväli-Sepping, H. 2020. Eesti noorte keskkonnateadlikkus antropotseeni ajastul: head teadmised, kuid väike mure? – Allaste, A.-A., Nugin, R. (toim). Noorteseire aastaraamat 2019/2020. Noorte elu avamata küljed. Tallinn: Eesti Noorsootöö Keskus, 57–73.

Reichel, C., Plaan, J., Plüschke-Altöf, B. ilmumas. Speaking of a climate crisis: Shared vulnerability perception and related adaptive strategies of the Fridays for Future movement. – Innovation: The European Journal of Social Science Research.

Seemel, A.-S. 2021. Kliimaaktiivsete indiviidide aktivismi tagamaad ja olemus eesti keskkonnaorganisatsioonide liikmete näitel. Bakalaureusetöö. Tartu: Eesti Maaülikool.

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. – Journal of Climate Change and Health, 1. <https://doi.org/10.1016/j.joclim.2021.100003>.

Turu-uuringute AS 2020. Eesti elanikkonna keskkonnateadlikkuse uuring. Tallinn: Keskkonnaministeerium, Tallinna Ülikool.

5.2

Häiritus õhusaaste ja mürareostuse tõttu

HANS ORRU, KATI ORRU JA TRIIN VEBER

PÕHISÕNUM

Õhusaaste ja mürareostus põhjustavad häiritust, mis võib viia vaimse tervise halvenemiseni. Lisaks saastusega kokkupuutele ja füsioloogiast tingitud ärritusele mõjutab inimeste vaimset heaolu hirm keskkonnategurite tervisemõjude ees. Vaimse tervise mõjude vähendamiseks on vajalik ühelt poolt piirata tööstuse ja liiklusega seotud õhu- ja mürareostust. Teiselt poolt tuleb nendega seotud ohtudest teavitada ettevaatlikult, et mitte tekitada liigset hirmu ja stressi.

SISSEJUHATUS

Meid ümbritsev füüsiline elukeskkond kujundab meie enesetunnet ja eluga rahulolu. Selle olulisust on senini vähe teadvustatud ja selle olemasolu on võetud enesestmõistetavana. Nii näiteks on puhta õhu ja joogivee kättesaadavus igapäevase heaolu ja tervise alus. Neile alustaladele pöörame tähelepanu siis, kui midagi on väga viltu – kui linnaõhk lämmatab või kui müra ei lase magada. Nii õhusaaste kui ka mürareostus põhjustavad häiritust, mis võib viia vaimse tervise halvenemiseni. Artikli eesmärk on selgitada ülevaetlikult, kuidas õhusaaste ja müra vaimset tervist mõjutavad, kui ulatuslik on see probleem Eestis, milline on olnud probleemi dünaamika ning millised on võimalused häirivate keskkonnategurite vähendamiseks.

Häiritus keskkonnateguritest

Häiritus on inimeste füsioloogiline, emotsionaalne, kognitiivne ja käitumuslik reaktsioon stressoritele, sealhulgas õhusaastele ja mürale. Häirituse sümptomid sarnanevad psühholoogilisest stressist tulenevate sümptomitega: rahulolematumus, ärrituvus, väsimustunne, pingevalu ja uneprobleemid. Näiteks rohkem saastunud piirkondade elanikud kannatavad suurema tõenäosusega psüühikahäirete, sealhulgas ärevuse ja depressiooni all (Marques ja Lima 2011). Keskkonnastressi uuringud näitavad, et kokkupuude kemikaali, müra või õhusaastega põhjustab lõhna- või helireseptorite ärritust, mille tagajärjel