

Lärarens guide till klimatmedveten undervisning

KATA NYLÉN



Natur & Kultur

Sveriges första klimatneutrala förlag

För oss handlar hållbarhet om att kunna förena en framgångsrik verksamhet med en positiv samverkan mellan medarbetare, leverantörer och det samhälle vi lever i. Därför är det självklart för oss att ta ansvar för Natur & Kulturs påverkan på klimatet.

Under flera år har vi arbetat målmedvetet med att minska förlagets klimatpåverkan.

Under 2020 nådde vi ett viktigt mål – vi är stolta över att nu vara ett helt klimat neutralt förlag.

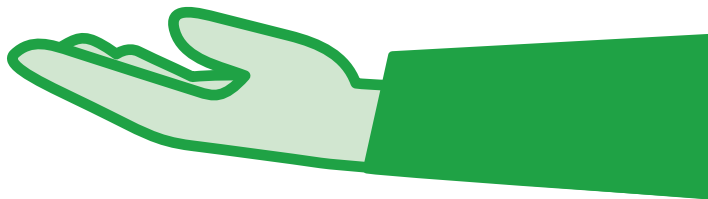
Läs gärna mer om vad det innebär på nok.se/klimat

Till dig som möter barn och unga i din vardag

Du som har det viktiga arbetet att undervisa och möta barn och unga med funderingar kring klimatet och klimatkrisen. Det här är en guide för dig.

Hur kan du bygga en bra grund för hopp hos de barn och ungdomar du möter i ditt arbete? Och vad kan du göra för att hantera frågor och oro kopplat till den kris vi befinner oss i? Guiden är tänkt att hjälpa all skolpersonal i att bemöta elevernas reaktioner, i ämnesundervisningen såväl som utanför lektionerna. Vi har vår utgångspunkt i både klimatpsykologi och -vetenskap för att ge dig stöd och verktyg för en klimatmedveten undervisning.

Bästa gröna hälsningar
Natur & Kultur



Innehåll

Om författaren	5
1 Skolan i klimatkrisen	6
2 Klimatångest	10
3 Att bemöta elevers oro över klimatet	13
4 Att bemöta elever som förnekar eller förminskar	20
5 Träna på att ta hand om sig själv och andra	24
Slutligen ...	27
Lästips	28
Tips för klimatmedveten undervisning	32

Omslagsillustration: Maja Säfström

Övriga illustrationer: Shutterstock och Fidelity

Grafisk form: Fidelity

” Skolan har en unik roll i att hjälpa elever se sig själva som aktiva medborgare som, tillsammans med andra, har en kraft att påverka.”

Kata Nylén, klimatpsykolog

Om författaren

Kata Nylén är leg. psykolog med specialisering inom prevention och implementering. Hon har lång erfarenhet av att arbeta med organisationsutveckling, handledning och fortbildning inom skola och socialt arbete. Kata har också skrivit boken *Klimatpsykologi* och driver plattformen klimatpsykologerna med två andra kollegor.



1 | Skolan i klimatkrisen

Låt oss börja direkt med att slå hål på några föreställningar som klimatarbetet och klimatkrisen lätt förvillar oss in i.



Påstående: "Klimatkrisen är en enda kris"

Vi pratar ofta om klimathotet, klimatförändringarna och klimatkrisen. Som om det bara är förändrade växthusgashalter i atmosfären som hotar oss, och att det vi behöver skydda oss mot är lynnigt väder, värmeböljor, smältande isar och förhöjda vattennivåer.

Fakta: Klimatkrisen är ett superkomplext problem med många tillhörande kriser. Forskare är tydliga* med att de kraftiga klimatförändringarna och förlusten av biologisk mångfald redan nu riskerar att försätta planeten i en oåterkallelig obalans. Bränder, torka, havsnära områden under vattenytan, översvämningar och stormar kommer att ödelägga platser där miljontals människor lever idag. Detta kommer leda till flykting-, matförsörjnings-, vatten-, hälso- och ekonomiska kriser samt ökad risk för pandemier. Det är olika kriser som alla grundar sig i samma sak – människornas ohållbara sätt att leva och använda naturen.

*Specialrapport från FN:s klimatpanel IPCC, 2018.



Påstående: "Klimatet hör till naturvetenskapen"

Att klimatfrågan tillhör naturvetenskapen och är en fråga för faktaintresserade och de med makt att bestämma i världen är en vanlig föreställning.

Fakta: Klimatkrisen rör oss alla. Det är allas ansvar att göra allt de kan för att minska riskerna och förbereda oss för att klara av den. Klimatfrågan sträcker sig över alla områden och därför även alla ämnesområden i skolan. Barnen som lever i denna kris, och som kommer att göra det på olika sätt under hela livet, finns i skolan. Att växa upp under ett existentiellt drabbande hot väcker frågor, känslor och behov som alla vi vuxna som möter barn behöver kunna hantera.

På samma sätt som klimatfrågan inte enbart tillhör miljövetarnas och hållbarhetschefernas ansvar så är klimatfrågan inte bara NO-lärares. Under historiektionerna behöver industrialiseringens konsekvenser för klimatet undersökas, samhällskunskapen behöver ta upp hur ökade flyktingströmmar påverkar samhällen, så väl som hur ekonomisk kollaps gör det. Fysiken och matematiken behöver ge eleverna verktyg att förstå hur väder påverkas av klimatet och hur klimat ändras av mänsklig aktivitet. I biologin behöver man lära sig ekosystemens påverkan på varandra samt vad den sjätte massutrotningen innebär. De estetiska ämnena kan arbeta med gestaltning av känslor och fenomen kopplat till den situation eleverna växer upp i.

För att nå fram med denna kunskap behöver vi också kunna hantera de känslor som väcks när man möter sanningen om klimatkrisens magnitud.





Påstående: "Klimatkrisen tillhör framtiden"

Fakta: Klimatkrisen sker nu. Den har redan börjat och det handlar minst lika mycket om att anpassa oss till denna nya verklighet här och nu, som att förbereda oss på de framtida kriser som väntar. De som växer upp idag behöver vara exemplariska på anpassning, samarbete, flexibilitet och att både ge och ta emot stöd från andra. Här har skolan en unik roll i att träna eleverna i dessa färdigheter. Och att anpassa undervisning och bemötande som uppmuntrar samarbete och gemensamt handlande. Vi vuxna behöver också kunna möta elevernas känslomässiga reaktioner på klimatkrisen.



Påstående: "Det viktigaste är att minska sina egna utsläpp"

Vi har fått lära oss från tidigare miljökampanjer och -rörelser att det vi som enskilda individer kan göra är att ändra vårt eget sätt att förbruka naturens resurser. Vi borde äta växtbaserat, byta till LED-lampor, sopsortera, köpa ekologiskt, sluta flyga, göra oss av med bilen och så vidare. Allt detta är bra och viktigt.

Fakta: Med tanke på hur svårt människor har att ändra sig, och hur stort och komplext problemet är, så är det oerhört viktigt att människor börjar utöva en annan typ av miljö-engagemang. Att delta i påverkansarbete, gå samman med andra och ställa krav på beslutsfattare och politiker för att få en mer storskalig förändring, är beteenden som är både viktigare och effektivare om vi vill rädda planeten. Skolan

har en unik roll i att hjälpa elever att se sig själva som aktiva medborgare som, tillsammans med andra, har en kraft att påverka. Genom att skapa arenor där eleverna kan göra sina röster hörda för vuxna med makt gör du både världen och barnen en tjänst. Att uppleva att man kan påverka har nämligen visat sig vara viktigt för känslan av meningsfullhet och livskvalitet.



Påstående: "Det är bara miljömuppar som kan engagera sig för klimatet"

Fakta: Miljöfrågan är egentligen en no-brainer.

Det är som mobbning, fattigdom och svält – alla är emot det, få tycker det är bra och alla vill se ett slut. Frågan ägs inte av en politisk riktning och passar inte bara dem med en viss personlighetstyp eller stil. Den berör alla. I läroplanen för grundskolan står det att "skolan ansvarar för att elever inhämtar och utvecklar sådana kunskaper som är nödvändiga för varje individ och samhällsmedlem." Alla elever, oavsett ålder eller intresse, behöver få kunskap om den värld de växer upp i och verktyg att skydda den och hantera den. Det står även att undervisningen ska behandla hur människors olika val i vardagen kan bidra till en hållbar utveckling. Här är det kanske lätt att hamna i hur man kan välja att resa, äta eller konsumera annorlunda. Men vardagsval kan även handla om att organisera sig, och att agera med andra för att få till den storskaliga förändring som behövs. Ger vi verktyg som dessa till eleverna hjälper vi dem att kunna hantera de känslor som väcks av klimatförändringarna.

2 | Klimat- ångest

Klimatkrisen är en kris som känns

Runt 7 av 10 barn uppger sig vara mycket oroad över klimatet och miljöförstörelsen*. Dessa barn finns i skolan. För att kunna väva in klimatkrisen i din redan fullspäckade undervisning är det bra att ha koll på hur man kan bemöta dessa känslor. Det finns studier som visar att elever med lärare som pratar hopp-givande utifrån ett lösningsfokus om samhällsfrågor blir mer miljöaktiva. Men enbart om man också tar elevernas känslor på allvar. Så vilka känslor kan man förvänta sig att ens elever går och bär på när man ska visa David Attenborough's film *A life on our planet*? Eller beskriva det akuta läget med bidöden och dess effekter på vår matförsörjning?

Samlingsbegrepp över naturliga känslor

Klimatångest är ett samlingsbegrepp för alla de sunda, rimliga och förståeliga känslor vi känner när vi möter insikten om hur dåligt vår värld mår och hur ohållbar vår omvärld och framtid är. När vi möts av detta kan vi känna flera olika känslor och de kan ta sig skilda uttryck hos olika individer:

*Novus, 2019.



- ▶ **Rädsla** för var världen befinner sig och de skräckscenarion som blir en effekt av klimatförändringarna.
- ▶ **Oro** över att inte fler agerar och för hur det kommer bli för kommande generationer.
- ▶ **Sorg** över att många arter redan har utrotats, eller att vi inte kommer kunna leva på det sätt vi är vana vid.
- ▶ **Skuld** över att inte göra mer, eller över att fortsätta göra ohållbara val.
- ▶ **Ilkska och frustration** över att politiker och vuxna inte gör mer.



Klimatångest – ingen psykisk sjukdom

Vid psykiatriska ångesttillstånd behöver man behandling. Då handlar det om ångest i form av en rädsla som är oproportionerligt stor i relation till det upplevda hotet. Till exempel att känna rädsla när vi ska tala inför folk fast att det är helt ofarligt. Eller när en ormrädd person känner oro över att gå i gräset fast ormar både är sällsynta och ofarliga i Sverige. När man lider av denna typ av oro och ångest behöver man hitta sätt att genomföra aktiviteterna trots ångesten. Och leva livet utan att bli begränsad av rädslan. Det är inte hotet som ställer till det, utan reaktionen på hotet.

Vid klimatångest är det tvärtom. Hotet är reellt och behöver tas på största allvar. Krisen handlar inte bara om "klimatförändringar", utan även om bland annat artdöd, miljögifter och sjukdomsspridning. Att hantera klimatångesten med förnekelse eller att undvika att göra förändringar som vi vet är nödvändiga fungerar inte bra. Den ångesten behöver vi hantera på ett annat sätt.

Detta är viktigt: klimatångest är ingen känsla vi kan bli av med på något annat sätt än att världen börjar bli mer hållbar. Klimatångesten är en insikt om hur stort och reellt klimat-hotet är mot mänskligheten, våra samhällen och vår överlevnad. Det enda sättet att minska den kollektiva klimat-ångesten är att planeten börjar må bättre.

3 | Att bemöta elevers oro över klimatet

Tillåt känslorna att finnas

Rädsla, oro, sorg, skuld och ilska är ofta jobbigt att uppleva. Men det behöver egentligen inte alls vara dåligt. Alla våra känslor finns till för att vi ska kunna ta hjälp av oss själva och andra, för att skydda oss eller fylla på med ork, lust eller hopp. Känslorna bör därför ses som en signal för att söka stöd och agera. Målet är inte att bli av med dem utan snarare att lära sig hantera dem. Detta är något vi behöver vara tydliga med både för oss själva och våra elever. Men vi behöver också visa att det går att känna både och. Både frustration och hopp, sorg och glädje. Samtidigt.

Prata så mycket som möjligt om klimatet

Att barn oroar sig för klimatet betyder inte att vi ska undvika att prata om krisen och allt som hör till. Det är snarare tvärtom. Ju fler tillfällen vi ger våra elever att närma sig det ofattbara och svåra som finns i klimatkrisen, desto mer rustar vi dem i att kunna hantera den verklighet de växer upp i. När vi pratar om frågor som berör klimatkrisen så kommer det bli lättare ju mer tränade eleverna är i att sätta ord på känslor och agera tillsammans.



Följ gärna dessa råd:

- ▶ Hjälpl eleverna att **sätta ord på känslor** som kommer upp. Pausa och fråga vad det är för känslor som finns hos eleverna. Skriv upp på tavlan. Barnen kan behöva mer eller mindre hjälp med att hitta ord som beskriver det de känner. Bekräfta deras känslor och berätta att de är naturliga, och att det går att känna både dem och andra härliga känslor samtidigt.
- ▶ Börja med att **undersöka vad eleverna redan vet** om det som du ska prata om. Utgå ifrån deras frågor och fyll på där det behövs. Detta är självklart för de flesta pedagoger men det är ett extra viktigt verktyg att ta till när det rör miljö och klimat som är ett ämne som ofta är känsligt och svårt för hela klasser att hantera.
- ▶ **Beskriv allvaret, men utelämnat skrämmande fakta.** Barn har rätt att få veta sanningen om den värld de växer upp i. De behöver kunskap för att förstå det där som är på alla vuxnas läppar. Att du som pedagog är ärlig betyder däremot inte att du berättar allt och delar med dig av information som kan te sig alltför skrämmande för eleverna. Anpassa ditt innehåll efter ålder.
- ▶ **Lämna aldrig eleverna utan hopp.** En känsla vi behöver se upp med är hopplöshet. När du pratar om allvaret med klimatförändringarna är det viktigt att du inte stannar där. Berätta att många vuxna arbetar intensivt med att få utsläppskurvorna att minska och djur- och växtriket att återhämta sig. Om ni har en organisation för hur eleverna går samman och på egna kreativa sätt ställer krav på politiker och beslutsfattare så är det hoppgivande att hänvisa till dessa initiativ. Det går också att inspirera genom att berätta om hur andra barn och ungdomar har lyckats påverka.

Peppande exempel

Rörelser där barn och unga har visat sig kunna påverka genom att gå samman och ställa krav på politiker och makthavare:

Our Children's Trust: 2016 lyckades 21 unga människor i åldrarna 8 till 19 år att stämma den amerikanska regeringen "for violating their constitutional rights to life, liberty and property, and their right to essential public trust resources" genom att möjliggöra fortsatt användning av fossila bränslen. Denna stämning som kallas den viktigaste stämningen på planeten just nu drivs av organisationen Our Children's Trust. Den visar att barn, med rätt stöd av vuxna, kan bidra på ett kraftfullt sätt för att skapa en hållbar värld.

iMatter Kids vs. Global Warming: en amerikansk skolrörelse, startad av en 12-årig pojke, som har växt från skolpresentationer och lokala projekt till en nationell kampanj, globala ungdomsdemonstrationer och juridiska stämningar.

Child-Centred Climate Change Adaptation (4CA)

Program: ett program stöttat av Plan International som involverade barn i arbete både med anpassning av förändrade väderförhållanden och i lokalpolitisk påverkan.

Fridays for Future: startades av Greta Thunberg hösten 2018 och har samlat miljontals barn och unga i globala manifestationer och demonstrationer för att få vuxen världen att börja ta klimatfrågan på allvar.



Recept för att må så bra som möjligt tillsammans med klimatångesten

Eleverna behöver få veta sanningen om klimatförändringarna (i lagom doser och anpassat till åldersnivå). De behöver få träning i att sätta ord på sina känslor relaterat till informationen. Men de behöver också få veta vad de ska göra för att kunna må så bra som möjligt.

Kortfattat behöver man se till att ha koll på fyra saker:

1 Gruppen. Många unga som drabbas av negativa känslor kopplade till klimatet känner sig ensamma och maktlösa. De kan uppleva att de tvingas leva på ett sätt som förstör planeten, där föräldrar beslutar om flygresorna, bilåkandet och köttet till middagen. De kan känna att deras kompisar inte förstår deras oro, eller att skolpersonal inte visar vägen för vad man kan göra. Att känna sig ensam är förknippat med ohälsa, och det är framförallt skadligt när vi befinner oss i en kris. Istället skulle vi behöva en stor, trygg grupp där vi är bra på att stötta varandra, samarbeta och lösa problem. Om du hjälper eleverna att skapa en sådan grupp kommer krisen att kännas mindre omöjlig att lösa.

2 Agerandet. Enligt forskningen är det bästa receptet för att hantera den egna klimatångesten att agera. Det verkar ha att göra med att vi då har störst chans att påverka mer långsiktigt, mot en förändring som känns hållbar. Bland det viktigaste du kan göra är att bidra till att eleverna känner att de kan påverka och är viktiga i klimatfrågan. För att utveckla den känslan kan det vara bra att hjälpa dem engagera sig i frågor där det finns en sannolikhet att de kommer märka resultat.

Se till att agerandet är till för alla

Gör så här: Hjälp eleverna att hitta områden som många kan enas inom. Klimatkrisen väcker känslor och risken finns därför att du stöter elever eller grupper ifrån dig om du tar upp den. Undvik ämnen som riskerar leda till polarisering – som till exempel att göra skolmaten helvegetarisk. Då finns risken att vissa elever känner att miljöengagemang inte är för dem.



Välj istället till exempel att kräva ökad trädplantering på skolgården, få alla rektorer att skriva under krav om klimatnödläge för elevernas skull eller skydda ett av elevernas närområden för att öka den biologiska mångfalden.

3 Meningsfullheten. Det är viktigt att det man gör i sitt agerande känns meningsfullt och i paritet med hur stor krisen är. I miljöengagemanget finns det en risk att man hamnar i att ändra på småsaker för att det är enkelt, konkret och vant. Men känslan av meningsfullhet och hopp finns först när vi verkligen är med och påverkar och ser att det som behöver hända börjar hända.

4 Hoppet. I Bris årsrapport 2020 framkommer det att barn och unga oroar sig för klimatkrisen på ett panikartat, ständigt närvarande sätt. Barnen som rapporten är baserad på beskriver känslor av maktlöshet och en frustration över att inte bli tagna på allvar. Utan hopp och känsla av att ha makt att påverka, kan vi inte lyssna på de där andra signalerna som känslsystemet skickar. Som säger åt oss att söka stöd och agera.

Det är viktigt att skilja mellan hopp och optimism. När vi hör om makthavare och länder som ignorerar klimatkrisen och fortsätter exploatera naturen kan det vara svårt att se optimistiskt på framtiden. Men optimism behövs inte för att känna hopp.

Ge hopp genom att hjälpa eleverna se positiva trender, visa hur forskare och klimatorganisationer arbetar på ett tillitsfullt sätt, visa ditt eget engagemang som pedagog och hjälp dem känna att de kan påverka.



4 | Att bemöta elever som förnekar eller förminskar

Känslor som ger pepp eller depp

Känslor kan aktivera oss. Men de kan också snärja in oss i passivitet och polarisering. Barn och unga reagerar olika på information om klimatet, men enbart en liten del säger sig inte alls vara oroliga. De flesta är oroliga för klimat- och miljöförstörelse, men det tar sig uttryck på olika sätt. Medan vissa försöker bidra till lösningen genom att leva hållbart eller engagera sig i klimatrörelser, distanserar sig andra från problemet för att slippa tänka på det.

Känslor som ilska, rädsla och oro aktiverar vårt hotsystem, det vill säga den reaktion som drar igång när vi upplever oss vara i fara och som motiverar oss att hitta skydd. När vi upplever hot kan vi reagera olika. Ett sätt är att förneka eller förminska graden av dess påverkan. Dessa strategier har visat sig leda till mindre grad av upplevd livskvalitet och välmående.

I skolan kan lärare vittna om att det ofta blir grupperingar som förstärker denna attityd. Det kan vara "ocoolt" att kämpa för miljön eller anse att klimathotet är skrämmande och allvarligt. Man kan identifiera sig med grupper, politiska

tillhörigheter eller vuxna som i sin tur förminskar allvaret i klimatfrågan. Dessa inriktningar reducerar ofta också den enskilda individens roll i samhällsutvecklingen, och det aktiva medborgarskapet. Eftersom skolan har ett ansvar att rusta eleverna för hållbarhet och motståndskraft kommer här några saker vi kan tänka på när vi möter dessa reaktioner:

Möt eleverna

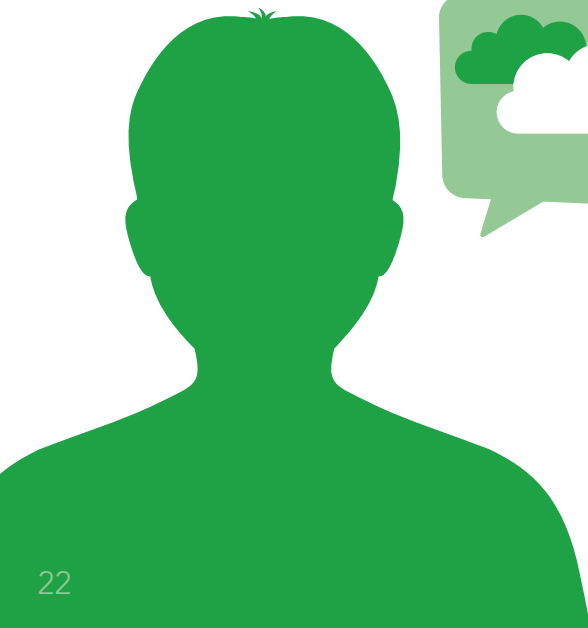
Som pedagog, som känner till den vetenskapliga konsensus som råder om människans påverkan på klimatet, kan det vara utmanande att möta individer eller grupper som förnekar klimathotet. Det kan leda till att du diskuterar klimatet i lägre grad och det är lätt att hamna i att försöka övertyga med fakta. Problemet ligger dock sällan i brist på fakta hos eleverna.

Använd istället ett empatiskt utforskande. Utgå ifrån att klimatförändringarna väcker känslor hos alla elever. När du ber dem sätta ord på sina känslor kan du fråga vidare och på ett respektfullt sätt utforska hur de upplever situationen. Det kan också vara hjälpsamt att bekräfta det de säger och sedan gå vidare med att presentera sakliga fakta. Att visa att du lyssnar och tar deras åsikter och funderingar på allvar ökar sannolikheten för att de kommer fortsätta lyssna på dig istället för att hamna i försvar.



Berätta personliga historier

Genom att utgå ifrån känslor och personliga berättelser finns förutsättningar att få fatt i det där som egentligen känns, bakom coolheten och förnekelsen. Beskriv målade hur klimatförändringarna drabbat jämnåriga barn i torra områden i Afrika, eller hur just er ort kommer påverkas av extremväder, förhöjda vattennivåer eller migrationsströmmar. Har du en bra relation med klassen kan du också berätta vad du själv är orolig eller arg över. Genom berättelserna kan du försöka hitta en gemensam nämnare.



Klimatfrågan drabbar allt i livet. Vad är viktigt för just dina elever? Vad är de rädda att förlora och vad vill de få mer av? Vad bekymrar just dem? Kanske kan de till och med få en uppgift att söka efter klimatförändringarnas och artdödens effekter på deras liv och sedan ranka vad som oroar dem mest?

Ta bort intresset för individuella utsläpp

Det är lätt att förstå varför fokus har hamnat så mycket på den enskilda individens utsläpp i miljöarbetet. Minskat flygande, sopsortering och vegetarisk mat är konkreta beteenden som går att ändra på utan att egentligen behöva göra stora uppoffringar. Genom att ta bort skulden från den enskilda individens livsstil kan betydligt många fler vara med i miljörörelsen. Även de som äter kött, åker bensinbil och köper nya kläder hela tiden ska kunna få göra sin röst hörd för politiker och beslutsfattare med sina krav på en mer hållbar värld.

5 | Träna på att ta hand om sig själv och andra

Att pausa för att orka

Vissa elever behöver träna på att närma sig klimatkänslorna och hitta sin form av hoppingivande engagemang. Andra kan behöva träna på att pausa engagemanget. Det obehag som klimatförändringarna väcker kan vara mycket betungande. Det räcker inte för dessa elever att förklara att det går att känna både hopp och förtvivlan, samt att hjälpa dem till ett kollektivt engagemang. De behöver träna på att pausa klimatfrågan och ta hand om sig själva och andra.

Detta är även färdigheter som behövs för att klara kommande kriser. Att redan i skolan lära sig om vikten av återhämtning är centralt för att kunna klara av att leva i framtidens klimatkras. Liksom allt som kräver energi och kraft behöver engagemanget vägas upp av återhämtning för att vi inte ska bli helt utmattade.

Här är bra steg att ta:

- ▶ **Återhämtning.** Det är inte helt självklart vad som lugnar och fungerar återhämtande för dina elever. För vissa kan det kännas lugnt och skönt att stanna hemma och kolla på tv-serier och ibland kan man bli lugn av en springtur, och andra gånger gör springturen att tankarna snurrar och man fastnar i ett ältande. Det viktigaste är alltså inte vad man gör utan vetskapen om vilken funktion det fyller för en.
- ▶ **Se till att de basala behoven är på plats.** För väldigt klimatengagerade elever kan man behöva hjälpa till med att planera in pauser från engagemanget. Då behöver eleverna stänga av datorer och telefoner, och meddela sin omgivning att de tar en paus. För dessa personer är det också viktigt att se till att de basala behoven, som sömn, mat, närhet och lustfyllda aktiviteter, är på plats.
- ▶ **Acceptans.** När vi har att göra med stora, komplexa frågor är en av våra viktigaste följeslagare acceptans. Inte som i att gilla läget och bli passiv, utan som i att sortera upp vad vi har möjlighet att påverka och vad vi inte kan förändra. Acceptans är att ha en förstående och omtänksam attityd till sig själv och omgivningen. Det är en av de viktigaste åtgärderna för att vi ska kunna rikta kraften dit där den gör skillnad, istället för att slita ut oss. Vi kan inte förändra allt, framför allt inte ensamma och i stunden. Vissa saker behöver vi släppa taget om.



- ▶ **Sålla i informationsflödet.** Träna dina elever tidigt i att välja sina informationstillfällen och enbart följa några få källor som är tillförlitliga. Lider man mycket av klimatångest hjälper man inte sig själv genom att ständigt påminnas om krisen.
- ▶ **Ta hjälp av naturen.** Att vara i naturen har visat sig ha ett samband med bättre koncentrationsförmåga, färre ilskeutbrott, högre måluppfyllelse i skolan, minskad stress och bättre upplevd livskvalitet. Det har även ett tydligt samband med engagemang för naturen och en hållbar värld. Identifiera vilka delar av undervisningen som kan bedrivas utomhus och upplys eleverna om att naturen är återhämtande och att vi människor är en del av naturen.





Slutligen ...

“Planeten befinner sig i ett akut läge. Vad vi gör detta och de kommande 1–2 åren kommer troligtvis att påverka livsförhållandena för alla framtida generationer” konstaterade Johan Rockström, chef för ett av världens främsta klimatforskningsinstitut, Potsdaminstitutet, i sitt vinterprat i P1 2020. Det är inte kört än. Men alla behöver börja göra allt de kan och använda de positioner de har i samhället för att en hållbar värld ska bli möjlig.

Vi som arbetar i skolans värld vet att tid är en knapp resurs. Det kryllar av mål, riktlinjer och önskningar att tillgodose. Ska skolan nu OCKSÅ rädda världen från klimatkrisen? Mitt svar är: JA. Kanske behöver andra behov till och med prioriteras ner för att klimatfrågan ska få det utrymme den behöver.

Elevernas existens och framtid hänger ju på hur klimatkrisen hanteras. Du som skolpersonal, och samhällsmedborgare – tiden är här för att vara modig! Modiga är vi bäst tillsammans med andra. För precis som eleverna behöver vi som arbetar med klimatfrågan i skolan känna hopp, få stöd av varandra och skapa möjlighet att påverka.

/Kata Nylén

Lästips

På Natur & Kultur arbetar vi med att ta fram och ge ut läromedel och digitala produkter för utbildningar, samt kvalitetslitteratur för allmänhet, studerande och yrkesverksamma. Klimatfrågan har en given plats.

Nu pågår ett omfattande arbete med att revidera och ta fram nya läromedel för alla årskurser för att möta de reviderade kurs- och ämnesplanerna och för att stötta lärare i att undervisa om klimatfrågan och de ämnen som påverkas.

I våra heldigitala läromedel i Digilärserien kan eleverna ta del av aktuella avsnitt om klimatet med tillhörande uppgifter och övningar.

Här har vi samlat några lästips. De finns också på nok.se/klimat där vi fyller på kontinuerligt.





Klimatpsykologi

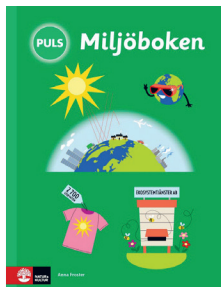
Av Kali Andersson, Frida Hylander
och Kata Nylén

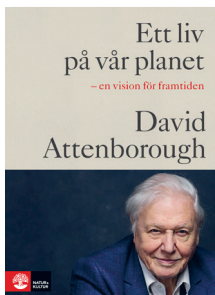
Det här är boken för dig som vill agera aktivt för klimatet, i din roll som ledare, beslutsfattare och medmänniska. *Klimatpsykologi* ger förståelse, hopp och verktyg till hur vi kan skapa ett hållbart samhälle.

PULS Miljöboken

Av Anna Froster

Här beskrivs de klimat- och miljöutmaningar vi står inför på ett enkelt sätt. I boken, för åk 4–6, förklaras bland annat bra och dålig växthuseffekt, hjältar och klimatskurkar på våra tallrikar, farliga badankor, varför orangutanger ska räddas, hur bin hjälper oss människor och vad som händer när algerna i Östersjön festar. I boken finns också förslag på aktiviteter som du och dina elever kan arbeta vidare med.





Ett liv på vår planet

Av David Attenborough

David Attenborough har besökt jordens alla kontinenter, utforskat dess vildmarker och dokumenterat den levande världen i all dess rikedom. Nu, för första gången, ser han tillbaka på de avgörande ögonblicken i sitt liv som naturskildrare, liksom på den förödande

utvecklingen han har bevittnat under sitt liv.

Den här boken är hans vittnesmål om mänsklighetens inverkan på naturen – och samtidigt ett budskap om hopp för kommande generationer.

Didaktiska perspektiv på hållbarhetsteman i barn- och ungdomslitteratur

Av Corina Löwe och Åsa Nilsson Skåve

Hållbarhetsfrågor är ödesfrågor och betonas ämnesövergripande i styrdokument för skolans olika former, inte minst i relation till värdegrunden.



I den här antologin får du veta hur fiktion och berättelser med miljö- och framtidsteman kan användas för att öka medvetenheten och förståelsen för ekologiska livsvillkor och hållbarhetsfrågor för alla oss levande varelser.



Den uppfinningsrika planeten

Av Fredrik Moberg

Hur kan vi hitta lösningarna på klimatkrisen och andra stora utmaningar vi står inför? Ett sätt är att lära av naturen, säger Fredrik Moberg. Det handlar om att utvinna vatten direkt ur luftens fuktighet, på samma sätt som ökenlevande skalbaggar gör, eller att utveckla färgämnen som likt

fjärilars vingar bryter ljuset i stället för att vara baserade på giftiga pigment.

Prata med barn om klimatet

Av Frida Berry Eklund

Hur kan vi prata om klimatkrisen på ett konstruktivt sätt? Hur förklarar vi allvaret och ger barnen kunskap, men också mod, hopp och redskap för att påverka sin framtid? Dessa frågor blir utgångspunkt i Frida Berry Eklunds bok *Prata med barn om klimatet*, en praktisk handbok. Lärare och pedagoger kan använda boken som inspirationskälla för att tydligare väva in klimatet i det pedagogiska arbetet.



Tips för klimatmedveten undervisning



Cecilia Lundholm är professor i pedagogik vid Stockholms universitet med inriktning mot samhällsvetenskapliga ämnen.

I sin forskning tittar Cecilia Lundholm bland annat på vilken betydelse undervisningen i samhällskunskap har för miljövänliga kollektiva handlingar och hur den kan stödja elevernas handlingsmönster och inge hopp.

Vad visar din forskning?

– Att elever på gymnasiet som läst samhällskunskap och ekonomi ändrade sin uppfattning om miljöpolitiska styrmedel, som skatter och subventioner. Eleverna såg dem som effektiva, vilket påverkade deras syn på dem. Skatter och lagstiftning såg eleverna som de mest effektiva lösningarna på klimatförändringar.

Varför är det så?

– Kunskap påverkar acceptansen för styrmedel. Det är oerhört intressant! Det betyder att undervisning om hur exempelvis miljöskatter och subventioner fungerar, alltså ekonomi och politik, har en viktig roll.

Hur kan en lärare förhålla sig till detta?

– Jag ser det som en uppmuntran till alla lärare att deras ämne är viktigt! Att SO-ämnena kan fokusera på lösningar på miljöproblem som inte bara rör individens enskilda handlade. Det handlar inte om sopsortering och flygresor, utan om politiska beslut som påverkar alla, som till exempel flygskatten som verkligen har en reell effekt för att minska exempelvis koldioxidutsläpp.


Vilka frågor möter du från lärare gällande hur man undervisar om klimatet?

– De flesta frågor rör hopp och handling.

Vilka är dina tre bästa tips för att inge eleverna hopp om framtiden?

– Utifrån den forskning som finns så är mina tips:

1. Skapa en undervisning som är meningsfull och personligt relevant utifrån elevernas perspektiv. Det ökar motivation och lärande.
2. Forskning visar att undervisning om lösningar och hur elever kan agera ger en känsla av hopp. Använd det!
3. Utgå från elevernas frågor om klimat, till exempel genom att be dem fotografera det som de uppfattar som klimatpåverkan i sin omgivning. Det ger möjlighet att arbeta med ett undersökande arbetssätt, som också tar upp lösningar. Det är en utmaning, men om man till exempel gör det ihop med NO-lärare tror jag det är ett bra sätt att skapa en undervisning som uppfattas som personligt relevant och meningsfull.



”Hjälp dina elever
med känslorna
– och världen med
hållbarheten”

Kata Nylén



**Läs mer, hitta lästips
och mer material på
nok.se/klimat**

Lärarens guide till klimatmedveten undervisning

Du som har det viktiga arbetet att undervisa om klimatet och klimatkrisen. Du som möter barn och unga med funderingar om de här frågorna. Det här är en guide för dig.

Guiden är tänkt att hjälpa all skolpersonal i att bemöta elevernas reaktioner, i ämnesundervisningen såväl som utanför lektionerna.

