

## **Sondernewsletter zur Klimakrise Von den Psychologists / Psychotherapists for Future (Psy4F)**

**„Climate Change is a psychological crisis, whatever else it is.“ (Poulsen, B., 2018)**

Sehr geehrte Kolleg\*innen, sehr geehrte Mitglieder des BDP,

Die Klimakrise ist real. Sie bedroht als „planetarer Notfall“ (Lenton et al., 2019) unsere menschliche Existenz auf der Erde. Insbesondere das Überschreiten klimatischer Kipppunkte kann zu abrupten, irreversiblen Klimaveränderungen führen. „Wir vertreten die Ansicht, dass die Zeit für einen Eingriff, um dieses Kippen zu verhindern, bereits gegen null geschrumpft sein könnte“, schreiben die Wissenschaftler\*innen um Prof. Schellnhuber (Lenton et al., 2019).

Es fällt schwer, Katastrophenszenarien ernst zu nehmen, wenn sie die Grenzen des visher Vorstellbaren überschreiten. Dieses Phänomen kennen wir als eine kognitive Verzerrung (Kahnemann, 2012). Doch die Warnungen zur Klimakrise sind bereits seit Jahrzehnten drastisch, werden konkreter, eindringlicher und die Folgen sind auch bereits in Deutschland durch z.B. Dürren und Ernteauffälle spürbar.

Vor allem die jüngeren Kolleg\*innen, unserer Kinder und Menschen in Ländern des globalen Südens sind betroffen. Wir sind bereits heute konfrontiert mit Fluchtbemühungen von Millionen Menschen und in der Folge mit dem Erstarken rechtsextremistischer, nationalistischer und fremdenfeindlicher Positionen. Das bietet einen Ausblick auf unsere Zukunft, die uns mit immer häufiger und stärker auftretenden Krisen konfrontieren wird – die Klimakrise hat viele Gesichter. Sie ist eine Multi-Krise.

Wir können uns von den Folgen der Klimakatastrophe in anderen Ländern nicht unabhängig machen. Imso wichtiger ist daher der intergenerationale und internationale Ansatz der Klimagerechtigkeit: Diejenigen, die am meisten zur Klimakrise beitragen, sollten auch am meisten zu ihrer Lösung beitragen.

### **Als Psycholog\*innen haben wir mit unserer Expertise viel beizutragen**

- Klimawandel und ökologische Krise werden intuitiv unterschätzt (Marshall, 2014). Damit verbundene als unangenehm erlebte Affekte werden mittels psychischer Abwehrprozesse (individuell und kollektiv) unbewusst gehalten. Nicht nur viele einzelne Menschen, auch viele Politiker\*innen verkennen dadurch in hohem Ausmaß die Bedrohung. Die kollektive Verdrängung steht individuellem und politischem Handeln im Weg und kann aufgedeckt, kommuniziert und überwunden werden.
- Menschen zu Verhaltensänderungen in Richtung eines zunehmenden Umwelt- und Klimabewusstseins zu bewegen, ist ein psychologisches Problem. Mit unserem Wissen können wir Menschen z.B. zu mehr Handlungskontrolle und Selbstwirksamkeitsgefühlen verhelfen und damit Verantwortungsdiffusion reduzieren.
- Das Bewusstwerden der Brisanz der aktuellen Klima- und ökologischen Krise kann starke Gefühle, innere Konflikte und Symptome bis hin zur psychischen Störung hervorrufen (APA, 2017). Die ausgelösten Gefühle können jedoch psychologisch aufgefangen und verarbeitet werden, um nicht verdrängt oder bekämpft werden zu müssen.
- Der Zustand unserer Umwelt und unser gesellschaftliches System wirken sich auf komplexe Weise auf unser Erleben, Verhalten und die Gesundheit aus. Dies zeigt sich auch in der zunehmenden Popularität des „planetary health“ Ansatzes in der Medizin. Umweltpsychologische Studien weisen auf erhöhte psychische Belastung nach Extremwetterereignissen oder Verlust der gewohnten Lebensumgebung und die Notwendigkeit zur Schaffung von umweltfreundlichen Handlungsoptionen hin.
- Mit unserem sozialpsychologischen Wissen, dem Verständnis für Systeme und als Kommunikations-, Moderations- und Mediationsexpert\*innen können wir auf eine partizipative, friedliche Transformation in Wirtschaft und Politik hinwirken.

Daher gründeten sich im April 2019 die Psychologists for Future (Psy4F).

**Heute möchten wir Sie als BDP Mitglieder herzlich einladen, Kontakt zu uns aufzunehmen und sich im Rahmen der eigenen Schwerpunkte, Ideen und Möglichkeiten bei uns einzubringen.**

Im Dialog mit der Öffentlichkeit, in Webinaren, Workshops und Vorträgen, Social Media und Pressearbeit nutzen wir unser Fachwissen und die psychologischen Erkenntnisse der Klimakommunikation, um Menschen angemessen zu informieren, abzuholen und zu aktivieren (CRED, 2009). Zudem machen wir positive Erfahrungen mit Beratungsangeboten für Engagierte und präventiven Gruppengesprächen zum emotionalen Umgang mit der Klimakrise – auch online.

Wir wissen, wie Verhaltensänderungen gefördert werden können, aber auch, wie schwierig dies ist. Es ist daher zusätzlich notwendig, Verständnis für politische Klimamaßnahmen zu fördern, politisch-ökonomische Barrieren zu beseitigen und einer sozialen Spaltung entgegenzuwirken.

Aus der Corona-Pandemie haben wir gelernt, wie schnell, umfassend und oft im Konsens Maßnahmen umgesetzt werden können, wenn der Ernst der Lage nicht verdrängt wird. Dies kann Hoffnung auf rasches Handeln machen. Wir können selbst als Vorbilder die Klimakrise als existenzielle Menschheitskrise in unserem Umfeld ansprechen und so den Bystander-Effekt (Latané, B. & Darley, J.M., 1970) überwinden.

Die Klimakrise ist weltweit bereits Realität. Abwarten und Schweigen sind keine Option mehr. Als Psycholog\*innen haben wir die Fähigkeit, Verständnis für psychische Mechanismen zu fördern, psychisches Leiden zu reduzieren und vorzubeugen. Unser vielfältiges Fach ermöglicht uns die Arbeit in vielen relevanten gesellschaftlichen Feldern. Unser Berufsstand hat dadurch vielfältige Wirkungskreise und kann wichtige Entscheidungen maßgeblich voranbringen. Im Wissen darum sehen wir unseren Berufsstand in der Verantwortung, dies auch zu tun.

Schicken Sie uns gerne eine Email an [mail@psychologistsforfuture.org](mailto:mail@psychologistsforfuture.org)

Mit freundlichen Grüßen

i.A. Lea Dohm und Malte Klar  
Psychologists / Psychotherapists for Future

Weitere Informationen finden Sie unter [www.psychologistsforfuture.org](http://www.psychologistsforfuture.org) oder auf unseren Social Media Kanälen:

Twitter: @Psychologists4F

Instagram und Facebook: @psychologists4future

#### Quellen:

APA - American Psychological Association, Climate for Health & EcoAmerica (2017). *Mental Health and our Changing Climate: Impacts, Implications, and Guidance*. Autor\*innen: S. Clyton Whitmore-Williams, C. Manning, K. Krygsman & M. Speiser  
<https://www.apa.org/news/press/releases/2017/03/mental-health-climate.pdf>

CRED - Center for Research on Environmental Decisions (2009). *The Psychology of Climate Change Communication. A Guide for Scientists, Journalists, Educators, Political Aides, and the Interested Public*. Columbia University New York, [http://guide.cred.columbia.edu/pdfs/CREDguide\\_full-res.pdf](http://guide.cred.columbia.edu/pdfs/CREDguide_full-res.pdf)

Kahnemann (2012). *Schnelles Denken, Langsames Denken*. Siedler Verlag, München

Latané, B. & Darley, J.M. (1970). *The Unresponsive Bystander: Why Doesn't He Help?*, Century Psychology Series. New York, Appleton-Century Crofts.

Lenton, T.M., Rockström, J., Gaffney, O., Rahmstorf, S., Richardson, K., Steffen, W. & Schellnhuber, H.J. (2019). *Climate Tipping Points - too risky to bet against*. In: Nature 575, 592-595 (2019)  
<https://www.nature.com/articles/d41586-019-03595-0>

Marshall, G. (2014). *Don't Even Think About It: Why Our Brains Are Wired to Ignore Climate Change*. Bloomsbury USA

Poulsen, B. (2018). *On Mourning Climate Change. The psychological crisis that accompanies our changing climate*. In: Psychology Today, 16.12.2018