

»Die Klimakrise ist eine psychologische Krise«

»BDP Expert Talk« diskutiert Handlungsmöglichkeiten der Profession

Die ersten beiden »BDP Expert Talks« im Jahr 2021 widmeten sich dem aktuellen Jahresschwerpunktthema »Klima & Psychologie« und blickten dabei auf die Handlungsmöglichkeiten sowohl im Kontext des Individuums als auch auf struktureller Ebene.

Was hat Psychologie mit Klima zu tun? Zu welchen Fragen rund um den menschengemachten Klimawandel können das Fach und die Profession Antworten liefern? Und wie wirken globale Phänomene und Krisen wiederum auf unsere Psyche, insbesondere auf unsere psychische Gesundheit? Diesen und weiteren Fragen werden 2021 verschiedene »BDP Expert Talks« auf den Grund gehen und sich damit dem aktuellen Jahresschwerpunktthema des Verbandes »Klima & Psychologie« aus verschiedenen Perspektiven nähern.

Bedeutsam für den Umgang mit der Krise: Klimaresilienz

Am 13. Januar 2021 diskutierten Dr. Felix Peter und Pia Niessen mit drei Teilnehmenden auf dem virtuellen Podium und 41 weiteren zuhörenden Gästen zum Thema »Resilienz in der Klimakrise«, welches Peter und Niessen u. a. im Rahmen ihres Engagements in der Initiative »Psychologists for Future« beschäftigt. Resilienz als Ressource zur gesunden Bewältigung einer Krise spielt in diesem Kontext eine bedeutende Rolle, da sie Ansätze zur Förderung positiver Reaktionen auf Belastungen durch den Klimawandel bietet. Neben individueller

Resilienz ist mit Blick auf die globale Klimakrise aber insbesondere auch das Konzept der kollektiven Resilienz relevant. Denn nur durch soziale Systeme, die in der Lage sind, mit umweltbezogenen Stressoren erfolgreich umzugehen, kann langfristig eine nachhaltigere Gesellschaft entstehen, wie sie für eine Bewältigung der Klimakrise unverzichtbar ist.

Die Diskussionsrunde des »BDP Expert Talks« war sich schnell einig, dass das Konzept der »Klimaresilienz« sehr brauchbar für die berufliche Praxis sei; insbesondere die von den Expertinnen und Experten vorgestellte Differenzierung von adaptiver und transformativer Klimaresilienz erweckte viel Interesse (vgl. Abbildung). In der Diskussion wurde deutlich, dass adaptive Resilienz, also die Kapazität zur Anpassung an die Folgen des Klimawandels, für nachhaltige Veränderungen allein nicht ausreichen wird, sondern der Fokus vielmehr auf langfristige Transformationsprozesse gelegt werden muss. Transformative Resilienz als Kapazität, an gesellschaftlichen Veränderungsprozessen teilzuhaben und gesund mit ihnen und ihren Konsequenzen umgehen zu können, setze mit Blick auf das Individuum

Vier-Felder-Modell zur Klimaresilienz	Adaptive Resilienz <i>(bezeichnet die Anpassungsleistung an die Folgen des Klimawandels an sich)</i>	Transformative Resilienz <i>(bezeichnet die Transformationsleistung an sich sowie die Anpassungsleistung an die Folgen der Transformation)</i>
Individuelle Ebene <i>(die psychische Fähigkeit und Ressource, Belastungen durch die Klimakrise gesund zu verarbeiten und so als Anlass für Entwicklung zu nutzen)</i> <small>Dohm & Klar, 2020</small>	Eine hitzeanfällige Person vermeidet in der aktuellen Hitzewelle, sich der Hitze zu lange auszusetzen (klimatisierte Räume; Aufenthalt im Freien nur abends; Aufbau von Wissen darüber, wie der Körper vor Hitze einwirkung geschützt werden kann ...)	Eine Person, die bisher in der Kohleförderung beschäftigt war, macht eine Weiterbildung zum Solartechniker (Wissen um die Notwendigkeit; Bereitschaft und Motivation zur Veränderung; Interesse an anderen Arbeitsfeldern ...)
Kollektive Ebene <i>(Fähigkeit von Gruppen oder größeren sozialen Systemen, Stressfaktoren zu absorbieren und gleichzeitig funktional bzw. handlungsfähig zu bleiben)</i> <small>Wilson et al., 2020</small>	Während einer langen Dürreperiode stellt die Landwirtschaft einer Region auf trockenheitsresistentere Pflanzen um (gemeinsames, koordiniertes Vorgehen; Austausch von Ressourcen; Unterstützung durch öffentliche Subventionen ...)	ÖPNV und Car Sharing werden Standard, während PKW nur noch 10% des Verkehrsaufkommens ausmachen (Akzeptanz in der Bevölkerung; öffentliche Subventionen; gesetzliche Bestimmungen; Innovation der Wirtschaft ...)

Abbildung. Vier-Felder-Modell der Klimaresilienz mit den beiden Dimensionen »individuell – kollektiv« und »adaptiv – transformativ«. Die vier Felder des vereinfachten und praxisorientierten Modells sollen dabei unterstützen, Resilienzpläne für verschiedene Ebenen und Lebensbereiche zu entwickeln (nach Peter, van Bronswijk & Rodenstein, im Druck; vgl. Wilson, Herziger, Hamilton & Brooks, 2020).

u. a. eine persönliche Änderungsmotivation voraus. Auf kollektiver Ebene hingegen sei neben der systemischen Verankerung von Transformation und einer Änderungsakzeptanz in der Bevölkerung vor allem eine strukturelle Unterstützung der Adaptation essenziell. So besprach die Diskussionsrunde auch, dass insbesondere in Debatten um die Klimakrise die Handlungsverantwortung nicht (ausschließlich) auf Individuen abgeladen werden dürfe. Vielmehr müssten der Gesetzgeber, Wirtschaftsunternehmen und andere große gesellschaftliche Akteurrinnen und Akteure unterstützend aktiv werden.

Auch für Psychologinnen und Psychologen ein mitunter forderndes Themenfeld

Die psychologische Praxis könne dabei zunächst auf Ebene des Individuums ansetzen, wie die Diskussions teilnehmenden weiter feststellten, indem Ressourcen wie Selbstwirksamkeit, Problemlösefähigkeit, Sozial- oder Reflexionskompetenz gefördert würden, die wiederum zur Ausbildung von Resilienz beitragen können. Besprochen wurde außerdem das Novum, dass Psychologinnen und Psychologen sowie ihre Klientinnen und Klienten in Bezug auf die Klimakrise ähnliche Erfahrungen und mitunter auch Belastungen in z. B. Beratungs- oder psychotherapeutische Settings mitbrächten. Denn vom Klimawandel persönlich betroffen sind wir alle. Damit einen Umgang zu schaffen, werde zukünftig noch eine bedeutende Aufgabe für die psychologische Praxis darstellen, dahin gehend war sich die Diskussionsrunde einig.

Aber auch mit Blick auf die kollektive Ebene könnten Psychologinnen und Psychologen »Awareness«, d. h. ein Bewusstsein für das Thema, schaffen, im Umgang mit Klientinnen und Klienten ihre eigene Haltung reflektieren und somit zu nachhaltigen Veränderungsprozessen animieren, denn – so fassten die Expertinnen und Experten zusammen – es gelinge »keine Adaptation ohne Transformation«.

Psychologische Expertise auf struktureller Ebene wichtig

Die Bedeutsamkeit psychologischer Expertise für Veränderungsprozesse auf der Meso- und Makroebene wurde im zweiten »BDP Expert Talk« noch vertieft. Anke Hofmann und Dr. Steffen Landgraf, ebenfalls aktiv bei den »Psychologists for Future«, und das virtuelle Podium blickten am 3. Februar 2021 gemeinsam mit 37 Gästen auf das Thema »Wege aus der Klimakrise – eine Frage der Psychologie«. Dabei stellte die Runde fest, dass

Psychologinnen und Psychologen vieles zu Aspekten der Verhaltensänderung beizutragen hätten, in der Breite sei psychologische Expertise jedoch noch nicht im Diskurs um den Klimawandel angekommen. Dabei könne die Profession im Krisenmanagement und der Berichterstattung unterstützen, die Klimakommunikation mitgestalten oder spezifische Beratung anbieten.

Doch auch Hoffnung zu geben, das Selbstwertgefühl zu stärken, die Sinnhaftigkeit eigenen Handelns aufzuzeigen oder das Thema »Klimawandel« (wieder) mit Emotionen zu verknüpfen, seien mögliche Funktionen, die Psychologinnen und Psychologen in der Bewältigung der Klimakrise erfüllen könnten, wie die Diskussionsrunde zusammentrug. Gleichzeitig müsse sich die Profession aber die Frage stellen, welche zusätzlichen Fähigkeiten und Kompetenzen notwendig seien, um Menschen bei neu auftretenden Belastungen zu unterstützen. Konzepte wie »Klimaangst« oder »Klimaburnout« etwa würden zunehmend populärer. Hierbei sei es wichtig, Forschung und Praxis stärker zusammenzubringen und auch interdisziplinären Austausch zu fördern, stellte die Runde fest. Insbesondere wurde betont, dass Psychologinnen und Psychologen ihre Expertise stärker in die Öffentlichkeit tragen, z. B. verstärkt aktiv auf politische Entscheidungsträgerinnen und -träger zugehen müssten. Auch eigenes politisches Engagement hielten einige Diskussionsteilnehmende für eine sinnvolle Strategie.

Verbände, Kammern und weitere Strukturen müssten den gesellschaftlichen Stand der Profession innerhalb der Klimadebatte stärken, wie abschließend besprochen wurde, indem sie das professionelle Selbstverständnis ihrer Mitglieder fördern, deren Expertise sichtbar machen und durch gezielte Aktivitäten Informationen zum Thema streuen.

Neue BDP-Arbeitsgruppe »Klima & Psychologie«

Im BDP wurde daher die Arbeitsgruppe »Klima & Psychologie« gegründet. Alle, die Ideen, Vorschläge oder Fragen zum Jahresschwerpunktthema haben, sind eingeladen, Kontakt zur Arbeitsgruppe aufzunehmen: fachpolitik@bdp-verband.de.

Die weiteren Termine und Themen des »BDP Expert Talks« finden sich unter: www.bdp-verband.de/expert-talk.

*Christin Schörk
Referentin für Berufspolitik*

Literatur:

Dohm, L. & Klar, M. (2020). Klimakrise und Klimaresilienz: Die Verantwortung der Psychotherapie. *Psychozial*, 43 (3), 99–114.
 Peter, F., van Bronswijk, K. & Rodenstein, B. (im Druck). Facetten der Klimaangst. Psychologische Grundlagen der Entwicklung eines handlungsleitenden Klimabewusstseins. In B. Rieken, R. Popp, & P. Raile (Hrsg.), *Zukunftsangst und Klimawandel* [Arbeitsmittel]. Münster: Waxmann.
 Wilson, R. S., Herziger, A., Hamilton, M. & Brooks, J. S. (2020). From incremental to transformative adaptation in individual responses to climate-exacerbated hazards. *Nature Climate Change*, 10 (3), 200–208.



Dr. Steffen Landgraf



Anke Hofmann