

PSYCHOLOGIE • GESELLSCHAFT • POLITIK

2024

---

**PSYCHOLOGISCHE PERSPEKTIVEN**

---

**IM KLIMAWANDEL:**

---

**STRATEGIEN UND KONZEPTE**



Berufsverband Deutscher  
Psychologinnen und Psychologen

**Berufsverband  
Deutscher Psychologinnen  
und Psychologen e. V.**  
*(Herausgeber)*

Psychologie • Gesellschaft • Politik 2024  
**Psychologische Perspektiven im Klimawandel:  
Strategien und Konzepte**

*Herausgeber*

**Vorstand des Berufsverbandes  
Deutscher Psychologinnen  
und Psychologen e. V. (BDP)**

Bundesgeschäftsstelle  
Am Köllnischen Park 2  
10179 Berlin  
Tel.: (030) 20 91 66 600  
[www.bdp-verband.de](http://www.bdp-verband.de)  
[info@bdp-verband.de](mailto:info@bdp-verband.de)

*Verantwortlich im Sinne des Presserechts*

**Thordis Bethlehem**  
Präsidentin des BDP

Die Nutzung und Verbreitung des Berichts ist unter Nennung der Quelle erlaubt und explizit erwünscht.  
Diese Veröffentlichung erfolgt im Rahmen folgender Lizenz:  
*Creative Commons Lizenz BY-SA 4.0*



**Berufsverband Deutscher  
Psychologinnen  
und Psychologen**

PSYCHOLOGIE  
GESELLSCHAFT • POLITIK 2024

---

**PSYCHOLOGISCHE PERSPEKTIVEN**

---

**IM KLIMAWANDEL:**

---

**STRATEGIEN UND KONZEPTE**

# INHALT

---

<b>1.</b>	<b>EINFÜHRUNG</b> .....	8
	<i>Thordis Bethlehem</i>	
<b>1.1</b>	<b>Vorwort</b> .....	8
	<i>Dr. Kirsten Kappert-Gonther</i>	
<b>1.2</b>	<b>Politisches Vorwort</b> .....	12
	<i>Julia Scharnhorst</i>	
<b>1.3</b>	<b>Klimawandel – und was machen Sie freitags?</b> .....	14
	<i>Berufsverband Deutscher Psychologinnen und Psychologen e. V. (BDP)</i>	
<b>1.4</b>	<b>Klimaschutz ist Gesundheits- und Bevölkerungsschutz – Psychologische Expertise als Grundlage für die Bewältigung der Klimakrise nutzen!</b> .....	17
<hr/>		
<b>2.</b>	<b>GRUNDLAGEN</b> .....	20
	<i>Lea Dohm, Felix Peter, Bianca Rodenstein und Fabian Chmielewski</i>	
<b>2.1</b>	<b>Wenn Warnungen ungehört verhallen – Psychische Prozesse im Umgang mit der Klimakrise</b> .....	20
2.1.1	Bagatellisierung und Verdrängung .....	21
2.1.2	Skepsis und Widerstand.....	22
2.1.3	Abwarten, Lähmung oder Handlung .....	23
	<i>Janna Hoppmann</i>	
<b>2.2</b>	<b>Kommunikation in der (Klima-)Krise? Orientierung und Mut für Gespräche über ein „wicked problem“</b> .....	29
2.2.1	Anleitung zu Klimakommunikation für die psychologische Praxis.....	29
2.2.2	Was macht es so schwer, die Klimakrise in Gesprächen anzusprechen? .....	29
2.2.3	Bevor es losgeht: Wer ist für Gespräche mit wem geeignet? .....	30
2.2.4	Sorge, Schuld und Hoffnung: Wohin mit den Gefühlen? .....	31
2.2.5	Haltung bewahren und Werte verstehen: Was braucht es für ein persönliches Gespräch? .....	31
2.2.6	Schuld oder Vorbild: Wie gehen wir im Gespräch mit der eigenen Beteiligung am Problem um? .....	32
2.2.7	Individuum versus Politik: Zu welchem Handeln motivieren wir in Gesprächen? .....	33
2.2.8	Framing: Mit welchen Wörtern wird Klimaschutz motivierend? .....	34
2.2.9	Klima in die psychologische Praxis bringen: Was können wir tun? .....	35
2.2.10	Empfehlungen und Forderungen .....	35

	<i>Pia Niessen, Felix Peter und Verena Kantrowitsch</i>	
<b>2.3</b>	<b>Klimaresilienz aufbauen</b> .....	38
2.3.1	Das Ausmaß der Klimakrise .....	38
2.3.2	Ein erweitertes Resilienzkonzept im Kontext der Klimakrise.....	39
2.3.3	Adaptation oder Transformation? .....	41
2.3.4	Vier-Felder-Schema zur Klimaresilienz.....	42
2.3.5	Anwendungsbeispiel Arbeitsplatz .....	44
2.3.6	Resilienz ganzheitlich denken .....	44

---

<b>3.</b>	<b>BERUFSFELD KLIMA UND PSYCHOLOGIE</b> .....	48
-----------	---	----

	<i>Christoph Hausmann, Katharina van Bronswijk und Myriam Bechtoldt</i>	
<b>3.1</b>	<b>Klima-Angst – muss man das therapieren?</b> .....	48
3.1.1	Was genau ist Angst? .....	48
3.1.2	Kenntnisstand zu Klima-Angst.....	50
3.1.3	Falldarstellung .....	51
3.1.4	Fazit .....	53

	<i>Katharina Simons</i>	
<b>3.2</b>	<b>Wir können wirksam sein – Psycholog*innen und Psychotherapeut*innen als „Change Agents“</b> .....	56
3.2.1	Resolutionen und Konzepte gibt es bereits .....	56
3.2.2	Die ökologischen Krisen als Menschheitskrise .....	57
3.2.3	„Change Agent“ werden .....	58
3.2.4	Klimaschutz ist Gesundheitsschutz.....	60
3.2.5	Was zu tun bleibt .....	61

	<i>Margret Rasfeld und Felix Peter</i>	
<b>3.3</b>	<b>Bildung für eine nachhaltige Entwicklung und Zukunft</b> .....	65
3.3.1	Der heimliche Lehrplan muss nachhaltig werden .....	66
3.3.2	Das Neue zu wagen, erfordert Sinn .....	67
3.3.3	Bildung neu denken, und zwar nachhaltig .....	68
3.3.4	Schulen als Möglichkeitsräume .....	68
3.3.5	Aufbruch, Umbruch, Wandel – Zusammen wirksam werden.....	69
3.3.6	Eine neue Rolle für die Psychologie.....	70

<b>4.</b>	<b>BEITRÄGE AUS FACHBEREICHEN DES BDP</b> .....	73
	<i>Julia Scharnhorst</i>	
<b>4.1</b>	<b>Wie steht die Gesundheitspsychologie zum Klimawandel?</b> .....	73
4.1.1	Wie ist die Rolle der Gesundheitspsychologie bei der Bewältigung der Klimakrise? .....	73
4.1.2	Dringender Handlungsbedarf bei der Klimakrise aus Sicht der Gesundheitspsychologie .....	75
4.1.3	Empfehlungen an die Politik .....	76
	<i>Ralph Schliewenz</i>	
<b>4.2</b>	<b>Klima, Psychologie und Kinderrechte</b> .....	78
4.2.1	Psychologische Bedeutung der Umweltgestaltung .....	78
4.2.2	Beteiligung von Kindern und Umsetzung der Kinderrechte .....	78
4.2.3	Klimaschutz ist Kinderschutz .....	79
4.2.4	Klimaethik und Generationengerechtigkeit .....	79
4.2.5	Ausblick und Forderungen .....	80
	<i>Susanne Berwanger</i>	
<b>4.3</b>	<b>Besorgt und besonnen dem Wandel entgegentreten</b> .....	83
4.3.1	Forderungen an Politik und gesellschaftliche Strukturen: .....	83
<b>5.</b>	<b>EUROPA UND INTERNATIONALES</b> .....	84
	<i>Sára Ritter und Meltem Avci-Werning</i>	
<b>5.1</b>	<b>Klima und Psychologie – Networking als besondere Aufgabe der Berufspolitik</b> .....	84
5.1.1	Was können wir als Psycholog*innen tun? .....	85
5.1.2	Die Wirksamkeit des „Networkings“ .....	86
5.1.3	Aber was bringt das unserem Berufsstand, warum nützt das dem BDP? .....	87
	<i>European Federation of Psychologists' Associations (EFPA)</i>	
<b>5.2</b>	<b>Die Klimakrise und der menschliche Faktor: 10 psychologische Schlüssel zur Förderung von Klimaaktivitäten</b> .....	89
	Zusammenfassung .....	89
5.2.1	Nachhaltigkeit als neuer Ausgangspunkt. ....	90
5.2.2	Nachhaltige Transformation .....	90
5.2.3	Kollektive Wirksamkeit. ....	90
5.2.4	Emotionen als Antreiber für Maßnahmen. ....	90
5.2.5	Psychische Gesundheit und Resilienz. ....	90
5.2.6	Umweltfreundliches Verhalten im Gemeinschaftskontext .....	91

5.2.7	Umweltfreundliches Verhalten im Organisationskontext.....	91
5.2.8	Klimapolitik.....	91
5.2.9	Kommunikation zum Klimawandel.....	92
5.2.10	Kollektive Verantwortung.....	92

*Global Psychology Alliance (GPA)*

<b>5.3</b>	<b>Menschen und Planet: Wir sitzen alle im selben Boot</b> .....	93
5.3.1	Einleitung.....	93
5.3.2	Minderung („mitigation“).....	95
5.3.3	Anpassung.....	97
5.3.4	Klimagerechtigkeit.....	99
5.3.5	Unterstützung des Übergangs: Ein Blick in die Zukunft.....	100
5.3.6	Umsetzung des »Population Climate Action Framework« der GPA.....	101
5.3.7	Zusammenfassung.....	102

---

<b>6.</b>	<b>EMPFEHLUNGEN</b> .....	105
-----------	---------------------------	-----

---

<b>7.</b>	<b>KORRESPONDENZADRESSEN</b> .....	109
-----------	------------------------------------	-----

---

# 1. EINFÜHRUNG

*Thordis Bethlehem*

## 1.1 VORWORT

Die Aufgaben und Möglichkeiten der Psychologie, wenn es um die komplexen Wechselwirkungen zwischen Mensch und Umwelt, insbesondere im Kontext des Klimawandels, geht, sind facettenreich. Und wie alle anderen Professionen sind wir aufgefordert, unsere Erkenntnisse in die Diskussion von Ursachen und Handlungsoptionen einzubringen.

Ich freue mich, mit dem BDP-Bericht *Psychologische Perspektiven im Klimawandel: Strategien und Konzepte* eine Fülle an Anregungen und Handlungsempfehlungen aus unserer Profession vorlegen zu dürfen. Im Sinne von „Giving psychology away“ sehen wir unsere besondere Rolle u. a. darin, zum besseren Verständnis von Denken, Fühlen und Handeln von Menschen im Angesicht von Umweltproblemen beizutragen. Psychologische Erkenntnisse können helfen, das Bewusstsein für die Dringlichkeit von klimabewusstem Handeln zu schärfen.

Wir können Interventionen entwickeln, die Menschen zu Veränderungen ihrer Lebensgewohnheiten motivieren. Zur Förderung der psychischen Gesundheit und Resilienz unterstützen wir Gruppen und Individuen beim Umgang mit der Klimakrise. Wir beraten in Krisen, sensibilisieren für Ressourcen und trainieren Bewältigungsstrategien in Zeiten multipler Krisen.

Die psychologische Perspektive ist unverzichtbar, um die Herausforderungen des Klimawandels anzugehen und die Motivation der Menschen zu fördern, aktiv zu werden. Nur durch ein tiefes Verständnis der menschlichen Psyche können wir langfristige Veränderungen erreichen, die sowohl der Umwelt als auch der Gesellschaft zugutekommen. Einige Beispiele gibt es in diesem Bericht.

### **Diese Inhalte erwarten Sie konkret**

Wie kommt es, dass die angesichts des Klimawandels notwendigen Verhaltensänderungen auf gesellschaftlicher und individueller Ebene nur schleppend voran gehen? Dieser Frage widmen sich Lea Dohm, Felix Peter, Bianca Rodenstein und Fabian Chmielewski in ihrem Artikel „Wenn Warnungen ungehört verhallen – Psychische Prozesse im Umgang mit der Klimakrise“. Und wir sehen, dass die Erklärungen von defensiven Reaktionen auf den Klimawandel mit Blick auf individuelle Ressourcen und Bedürfnisse sowie die kognitiven Schemata und jeweiligen Kontexte alles andere als simpel ausfallen.

Unter der Überschrift „Kommunikation in der (Klima-)Krise? Orientierung und Mut für Gespräche über ein ‚wicked problem‘“ präsentiert Janna Hoppmann ein „wissenschaftlich fundiertes Kochrezept“ mit vielen Zutaten für persönliche, wertschätzende und motivierende Gespräche wider die Sprachlosigkeit und Lagerbildung.

Ein weiteres Grundlagenthema präsentieren Pia Niessen, Felix Peter und Verena Kantrowitsch in ihrem Artikel „Klimaresilienz aufbauen“. Sie entwickeln das Resilienzkonzept weiter zum Zwecke des besseren Umgangs mit Klimastress, um wirksam und nachhaltig auf den Klimawandel zu reagieren, handlungsfähig zu bleiben und die Klimakrise einzudämmen.

Die „eco-emotions“, speziell das Konzept der Klima-Angst, stehen im Mittelpunkt des Kapitels „Klimaangst – muss man das therapieren?“ von Christoph Hausmann, Katharina van Bronswijk und Myriam Bechtoldt. Veranschaulicht an einem Fallbeispiel diskutieren sie, inwiefern Klima-Angst als Emotion zu Handlungen aktiviert und unter welchen Bedingungen diese Handlungen zielführende Wirkung entfalten können.

Der Rolle unserer Profession widmet Katharina Simons ihr Kapitel „Wir können wirksam sein – Psycholog\*innen und Psychotherapeut\*innen als ‚Change Agents‘“. Anhand der Beispiele ausgewählter Organisationen zeigt sie auf, mit welchen Initiativen und strategischen Überlegungen wir als Veränderungsakteur\*innen wirksam sein können.

Auch im folgenden Kapitel geht es um das Potenzial der Psychologie, wenn Margret Rasfeld und Felix Peter unter der Überschrift „Bildung für eine nachhaltige Entwicklung und Zukunft“ über Schulen als „Nachhaltigkeitszentren“ reflektieren. Bildung im Sinne eines nachhaltigkeits- und demokratiebasierten Menschenbildes wäre neu zu denken, und das System Schule wäre selber grundlegend zu transformieren, um Kindern und Jugendlichen die Kompetenzen für die notwendige gesellschaftliche Transformation zu vermitteln.

Konkrete Empfehlungen formuliert Julia Scharnhorst in dem Artikel „Wie steht die Gesundheitspsychologie zum Klimawandel?“. Neben der speziellen Perspektive der Gesundheitspsychologie werden die dringendsten Handlungsbedarfe in der Klimakrise dargestellt und konkrete Handlungsempfehlungen in Richtung Politik formuliert.

Den Bogen von Klima und Klimawandel zu Kinder-, besser: Menschenrechten schlägt Ralph Schliewenz unter der Überschrift „Klima, Psychologie und Kinderrechte“. Klimaethik und Fragen der Generationengerechtigkeit fordern Normen, die individuelles Wirken unkompliziert möglich machen.

Aus der Perspektive der psychologischen Psychotherapeutin beleuchtet Susanne Berwanger in „Besorgt und besonnen dem Wandel entgegentreten“ die Auswirkungen des Klimawandels auf die psychische Gesundheit und daraus abzuleitende Aufgaben für Forschung und Praxis.

Es braucht politischen Austausch und Kooperation auf internationaler Ebene, um zu wirksamen Anstrengungen zur Überwindung der Klimakrise zu gelangen. Auch auf berufspolitischer Ebene bewährt sich internationales Networking, wie Sára Ritter und Meltem Avci-Werning in ihrem Beitrag „Klima und Psychologie – Networking als besondere Aufgabe der Berufspolitik“ anhand des Beispiels des Berufsverbandes Deutscher Psychologinnen und Psychologen e. V. darstellen.

Konkrete Ergebnisse dieses Networkings liefern die nächsten zwei Artikel. Der Text „Die Klimakrise und der menschliche Faktor: 10 psychologische Schlüssel zur Förderung von Klimaaktivitäten“ entstammt einem Positionspapier der Europäischen Vereinigung der Psychologinnenverbände (EFPA). Zusammengefasst von einer Gruppe europäischer Psycholog\*innen aus Forschung und Praxis bildet es den aktuellen Stand der Wissenschaft ab.

Direkt an die Bündnispartner\*innen gerichtet ist das Positionspapier der Global Psychology Alliance, eines weltweiten Zusammenschlusses von über 70 Psychologie- und Psycholog\*innen-Organisationen. „Psychologie und die Klimakrise: Ein Klima-Aktionsrahmen – Menschen und Planet: Wir sitzen alle im selben Boot“ bildet einen Aktionsplan für internationale Organisationen, Maßnahmen angesichts des Klimawandels zu ergreifen.

Den Abschluss der Artikelsammlung bildet, nach schon bewährter Tradition, das Empfehlungskapitel. Es enthält sämtliche Forderungen aus den Texten bzw. weiterführende Ableitungen.

Und diese Forderungen und Empfehlungen machen deutlich, dass die Politik viele Stellschrauben zur Verfügung hat, um nachhaltiges Verhalten anzuregen. So gehört bereits in der frühesten Bildung die Sensibilisierung für Klima und Umwelt auf den Plan. Und auch im Zusammenhang mit dem Klimawandel geht es um gesellschaftlichen Zusammenhalt und die Förderung der Demokratie, wenn wir fordern, die Diskussionen unter Beteiligung aller Bevölkerungsgruppen und Generationen sowie mit fairer und gleichberechtigter Berücksichtigung der jeweiligen Interessen zu organisieren.

Gleichzeitig zeigen die Empfehlungen auch, wie sehr wir alle in der Verantwortung zu handeln sind. Niedrigschwellige Angebote in Kommunen, Betrieben, kurz: in allen Lebensbereichen stützen den notwendigen Wandel von Strategien und Verhaltensweisen im Umgang mit den natürlichen Ressourcen.

### **Ich danke allen Autor\*innen für ihre Texte und Anregungen.**

Mein besonderer Dank geht an die Redaktionsgruppe in der Arbeitsgruppe Klima und Psychologie im BDP, die sich weit über das „übliche“ Ehrenamt hinaus für die Zusammenstellung der Inhalte und Artikel begeistert und eingesetzt hat. Ein herzlicher Dank gilt daher Julia Scharnhorst und Felix Peter. In diese Gruppe gehört auch Dr. Meltem Avci-Werning, Präsidentin des BDP in den Jahren 2020 bis 2022, die diese Gruppe nicht nur geleitet, sondern die Entwicklung dieses Berichts mit großer Leidenschaft vorangetrieben hat.

Einen großen Anteil an der gelungenen Zusammenstellung hat die Bundesgeschäftsstelle des BDP, allen voran das Referat Fach- und Berufspolitik, u. a. durch die redaktionellen Arbeiten und die Ableitung der Empfehlungen.

Nun wünsche ich unserem Bericht, dass seine Anregungen und Lösungshinweise Gehör finden und von der Gesellschaft, der Politik und nicht zuletzt auch der Profession aufgegriffen werden. Mit seinen Impulsen möge er den Mut befördern, den wir alle brauchen.

Ich wünsche Ihnen zahlreiche Erkenntnisse und Impulse bei der Lektüre des BDP-Berichts 2024.

Thordis Bethlehem

*Präsidentin des Berufsverbands Deutscher Psychologinnen und Psychologen e. V. (BDP)*

## **1.2 POLITISCHES VORWORT**

Die Klimakrise ist die größte Bedrohung für unsere Gesundheit. Zu lange wurden die Auswirkungen der Klimakrise auf unsere seelische Gesundheit zu wenig beachtet. Dabei sind direkte Folgen wie steigende Prävalenzen bei Depressionen und Angsterkrankungen, aufgrund von Luftverschmutzung und Hitzewellen bereits jetzt erkennbar. Unbewohnbar werdende Lebensräume führen zu Flucht und Migration. Traumatisierungen aufgrund von Umweltkatastrophen und neue Phänomene wie Klimaangst und Solastalgie werden unser Hilfesystem vor weitere Herausforderungen stellen. Die Evidenz ist hinlänglich bekannt und verdichtet sich immer weiter. Von dieser wissenschaftlichen Evidenz müssen wir nun endlich ins Handeln kommen. Dieser Bericht schlägt die Brücke von der wissenschaftlichen Forschung zu konkreten Handlungsoptionen für die Disziplin der Psychologie.

Seelische Gesundheit entwickelt sich im Alltag, im Kontext der jeweiligen Lebenssituation. Darum ist es entscheidend, nicht nur die individuellen innerpsychischen Faktoren zu berücksichtigen, sondern auch die Bedingungen der Lebenswelten bei der Entstehung einer seelischen Erkrankung in den Fokus zu nehmen. Wer an einer lauten Straße wohnt und ständig Lärm und Autoabgasen ausgesetzt ist, erlebt mehr Stress und hat ein höheres Risiko zu erkranken. Zugang zu Grünflächen, Spielplätzen und Naherholungsgebieten sowie Bildung haben einen positiven Effekt auf die seelische Gesundheit. Wir brauchen stärker als je zuvor gesundheitsfördernde Lebenswelten, denn Klimaschutz ist Gesundheitsschutz.

Die Klimakrise ist auch eine Gerechtigkeitskrise, sie verstärkt gesundheitliche Ungleichheiten und trifft ärmere Menschen stärker, obwohl diese weniger Emissionen verursachen. Auch geschlechtsbezogene Ungleichheiten werden durch die Klimakrise intensiviert. Während Frauen von den Folgen stärker betroffen sind und global eher durch Naturkatastrophen sterben, haben Männer häufiger gesundheitsschädigende Bewältigungsstrategien und begehen häufiger Suizid. Ursächlich sind hier vor allem geschlechtsbezogene Normen und Rollenbilder. Die Klimakrise verursacht Katastrophen, welche in Vertreibung resultieren können. Im Kontext dieser besonderen Situation auf der Flucht und damit verbundenen mangelhaften Schutzräumen kommt es häufiger zu geschlechtsspezifischer Gewalt gegenüber Frauen und LGBTQI-Personen. Wie bei den Individuen sind auch die Länder im globalen Süden, obwohl sie weniger Emissionen verursachen, stärker von den Folgen betroffen. Seelische Gesundheit und planetare Gesundheit müssen also über alle Politikbereiche hinweg gedacht werden – Stichwort: Planetary and mental health in all policies.

Unsere gesellschaftliche Ordnung und das Klima unseres Miteinanders sind fragil geworden. Die multiplen seelischen Drucksituationen durch die Klimakrise, durch den Krieg in der Ukraine, die Folgen der Pandemie, sich verändernde Lebenswelten im Zuge der Digitalisierung, auch die Inflation sind mit Ängsten und Unsicherheiten verbunden. All das irritiert unser gesellschaftliches Klima. Die demokratische Ordnung wird fragil. Der Einsatz gegen die Klimakrise ist auch ein Einsatz für unsere Demokratie und eine Notwendigkeit zur Beruhigung der aufgeheizten Debatten. Klimaschutz ist ein entscheidender Beitrag für ein gutes gesellschaftliches Klima und Miteinander, in den Quartieren, zwischen den Regionen und weltweit.

Die gute Nachricht ist: Wir können alle etwas tun! Im professionellen Kontext im Arbeitsalltag und auf politischer und systemischer Ebene. Der Gesundheitssektor ist für rund fünf Prozent der nationalen Emissionen Deutschlands verantwortlich. Lassen Sie uns gemeinsam die Versorgung nachhaltiger gestalten. Wir können die Klima- und Gesundheitskompetenz und die Resilienz des Systems und der Individuen stärken. Sie als Psycholog\*innen sind durch Ihre Profession prädestiniert dafür, sowohl in Ihrer wissenschaftlichen als auch in Ihrer praktischen Arbeit. Wer psychisch krank ist, muss auf die persönliche Situation abgestimmte Hilfen bekommen können. Auch Menschen, die Klimaangst haben, müssen ernst genommen werden. Trotzdem dürfen wir ihre Angst nicht pathologisieren, während die Klimakrise munter voranschreitet. Wir müssen die Ursachen adressieren.

Das Ausrufen der Klima-Dekade durch den BDP und dieser Bericht sind wegweisend. In dem folgenden Bericht werden nicht nur die komplexen Probleme dargestellt, sondern vor allem auch Lösungswege aufgezeigt. Lassen Sie uns gemeinsam dafür einstehen, das Klima zu schützen – und somit unsere körperliche und seelische Gesundheit und unsere Demokratie!

Dr. Kirsten Kappert-Gonther  
*MdB, Bündnis 90/Die Grünen*

### 1.3 KLIMAWANDEL – UND WAS MACHEN SIE FREITAGS?

Die Bedrohung der Menschheit und unserer Umwelt durch den Klimawandel rückt derzeit immer mehr ins öffentliche Bewusstsein. Gerade junge Menschen finden hier ein gemeinsames Thema, für das sie sich in vielfältiger Weise engagieren. Die ursprünglich als Schüler\*innenbewegung gestartete Initiative „Fridays for Future“ hat dazu einen ganz wesentlichen Beitrag geleistet. Lange Zeit schien die Jugend politisch eher desinteressiert zu sein, das hat sich innerhalb kürzester Zeit geändert.

Immer mehr gesellschaftliche Gruppen und Einzelpersonen verstärken ihr Engagement, um den Klimawandel zu stoppen. Auch die Älteren lassen sich inzwischen (wieder) mitreißen, verschiedenste Initiativen haben sich gebildet, auch mit ähnlichem beruflichem Hintergrund. Neben den „Psychologists for Future“ gibt es auch „Health for Future“ oder „Scientists for Future“. Auch der BDP sieht sich hier in einer gesellschaftlichen Verantwortung. Umweltpolitik ist also längst mehrheitsfähig geworden. So wurde die langjährige Forderung nach einer Abschaltung der Atomkraftwerke von einer CDU-Regierung umgesetzt! Das war nicht immer so. Als in den Siebziger- und Achtzigerjahren die damaligen Jugendlichen auf die Straße gingen, um zum Beispiel gegen Atomkraft zu demonstrieren, galten sie noch als staatsgefährdend und als potenzielle Terrorist\*innen. Massive Polizeieinsätze und Überwachung schienen der richtige Umgang mit diesen Menschen zu sein.

Wir können also einen deutlichen Wandel in der Einstellung der Bevölkerung zu Umweltfragen feststellen. Dieser Wandel findet nicht nur auf der rationalen und kognitiven Ebene statt, sondern berührt auch starke Emotionen: Angst, Wut, Hoffnung, Ohnmacht, Liebe oder Dankbarkeit. Daraus ergeben sich für uns als einzelne Psycholog\*innen, aber auch für den BDP als Berufsverband verschiedene Fragen nach der Art eines möglichen Engagements für das Klima:

- *Sollen wir uns in diesem Bereich überhaupt (dauerhaft) engagieren?*
- *Welchen Beitrag können wir als Berufsgruppe leisten?*
- *Wie können wir die Aktivitäten des BDP klimafreundlicher gestalten?*
- *Was können einzelne Psycholog\*innen tun?*

Da die Sektion „Gesundheits- und Umweltpsychologie“ auch den Fachbereich Umweltpsychologie umfasst, fühlen wir uns besonders herausgefordert, auf das Thema „Klimawandel“ aufmerksam zu machen – innerhalb und außerhalb des BDP. Die Klimakrise und der Handlungsdruck, aus dem heraus die verschiedenen Initiativen entstanden sind und weiter wachsen, geht uns alle an. Als Verband können wir die Wahrnehmung und Überzeugungskraft der klimapolitischen Initiativen stärken.

Als psychologischer Berufsverband verfügen wir über Expertise zum Erleben und Verhalten von Menschen. Es gibt bereits viel Wissen darüber, wie Menschen Risiken wahrnehmen und wie Verhaltensänderungen auf individueller und kollektiver Ebene gefördert werden können. Diese Expertise wollen wir nutzen, um die Bewegung für einen schnellen Wandel in der Klimapolitik zu unterstützen.

Die Initiative „Psychologists for Future“ sieht das ähnlich. Sie beschreibt verschiedene Handlungsfelder für uns Psycholog\*innen:

- *Aufklärung über intuitive Fehleinschätzungen der Folgen eines tatsächlich klimaschädlichen Verhaltens;*
- *Anregung und Motivation zu einem Verhalten, das gute Lebensbedingungen fördert;*
- *Krisenintervention, Prävention und psychologische/psychotherapeutische Begleitung bei psychischen und physischen Belastungen durch den Klimawandel und deren Bewusstmachung;*
- *politischen Druck erhöhen, um Entscheidungsträger\*innen zu schnellem Handeln zu motivieren.*

Wir sollten uns daher als einzelne Mitglieder unserer Berufsgruppe und auch als Verband Gedanken darüber machen, wie wir z. B. das Haus der Psychologie auf seine Klimaverträglichkeit hin überprüfen können. Auch das Reiseverhalten der Funktionär\*innen sollte auf den Prüfstand gestellt werden. Können wir vielleicht Reisen vermeiden, indem wir dauerhaft vermehrt auf Video- und Telefonkonferenzen zurückgreifen?

Informationen für psychologischen Lai\*innen wären hilfreich. Wir sehen gerade in der Politik die Tendenz, sehr viel Zeit für sehr kleine Schritte zu benötigen. Gleichzeitig warnen uns Wissenschaftler\*innen davor, dass möglicherweise schon sehr bald globale Kipppunkte erreicht sein werden, die unumkehrbare Veränderungen des Klimas auslösen können. Wir brauchen also die richtige Mischung aus Aufklärung, die rational begründete Verhaltens- und Politikänderungen fördert, aber gleichzeitig keine Klimaängste und kollektive Panik schürt. Das wird uns sicher auch in den kommenden Jahren beschäftigen.

Diese Fragen sind nicht neu, schon vor rund 40 Jahren sang Konstatin Wecker aus seiner tiefen Überzeugung heraus, dass es eigentlich kein wichtigeres Thema geben kann:

„Uns hat die liebe Erde  
Doch so viel mitgegeben,  
Dass diese Welt nie ende,  
Dass diese Welt nie ende,  
Nur dafür lasst uns leben.“

Als Großmutter von zwei kleinen Kindern ist es mir ein ganz besonderes Bedürfnis, die Welt für die nächsten Generationen nicht nur irgendwie am Leben zu erhalten, sondern sie so schön, friedlich, stabil und nachhaltig wie möglich zu hinterlassen. Deshalb mein ganz persönlicher Appell an alle Kolleg\*innen: Warten Sie nicht ab, sondern fangen jetzt Sie an, den Klimawandel im Kleinen wie im Großen zu stoppen und unsere Welt nie enden zu lassen!

Julia Scharnhorst  
*Leitung Fachbereich Gesundheitspsychologie*

## **1.4 KLIMASCHUTZ IST GESUNDHEITS- UND BEVÖLKERUNGSSCHUTZ – PSYCHOLOGISCHE EXPERTISE ALS GRUNDLAGE FÜR DIE BEWÄLTIGUNG DER KLIMAKRISE NUTZEN!**

Die menschengemachte Erderhitzung bedroht die Umwelt, die Lebensbedingungen, die soziale Gemeinschaft sowie die körperliche und psychische Unversehrtheit von uns Menschen (Clayton, Manning, College, Krygsman & Speiser, 2017; Royal College of Psychiatrists, 2021). Sie gefährdet die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen. Und viele Menschen – auch in Deutschland – sind schon jetzt von den vielen direkten, indirekten bis hin zu extremen Auswirkungen der Erderhitzung betroffen. Damit steigt das Risiko auch für psychische Erkrankungen.

Die Bedrohung durch diese epochale Krise, die die Handlungsmöglichkeiten von Individuen und ganzen gesellschaftlichen Systemen weit übersteigt und deren Bedingungen sich ständig verändern, bereitet vielen Menschen Sorgen (UNDP and University of Oxford, 2021). Sie lässt immer mehr von ihnen auch mit Ängsten und Gefühlen von Hilflosigkeit, Frustration, Ärger oder Wut zurück, wie aktuelle Studien zeigen (Gagné, & Krause, 2021; Hickman et al., 2021; Pihkala, 2020).

Die Klimakrise ist somit auch eine Krise der psychischen Gesundheit. Deshalb muss psychologisches Wissen wesentliche Grundlage aller Planungen und aller konkreten Maßnahmen zur Bewältigung und Eindämmung der Klimakrise sein.

**Der Berufsverband Deutscher Psychologinnen und Psychologen e. V. (BDP)  
sieht vor diesem Hintergrund zwei zentrale Herausforderungen:**

### *1. Anpassung an veränderte Lebensumstände (Adaptation):*

Es sind bereits unumkehrbare Veränderungen eingetreten und weitere unabwendbare Veränderungen sind zu erwarten. Diese erfordern, dass sich Individuen, Institutionen und ganze Gesellschaften auf die veränderten Rahmenbedingungen einstellen müssen.

**Psychologische Zielstellung hierfür ist, Menschen dabei zu unterstützen,  
gesund zu bleiben und dafür entsprechende Strategien zu entwickeln.**

### *2. Nachhaltige Entwicklung (Transformation):*

Um weitere Schäden an unseren Ökosystemen und Lebensbedingungen zu verhindern, braucht es eine ökologisch, sozial und ökonomisch nachhaltige Entwicklung und die entsprechende Umsetzung der Nachhaltigkeitsziele der Vereinten Nationen (UNRIC, 2021).

**Psychologische Zielstellung hierfür ist, Menschen dabei zu unterstützen,  
an solchen Veränderungsprozessen gesund, selbstwirksam und erfolgreich teilzuhaben.**

Die Disziplin der Psychologie muss im Interesse der psychischen Gesundheit aller Menschen einbezogen werden. Darüber hinaus tragen psychologische Erkenntnisse dazu bei, die gesellschaftliche Akzeptanz klimapolitischer Maßnahmen zu erhöhen.

Insbesondere folgende Handlungsfelder schlägt der BDP vor:

- **Entwicklung eines umfassenden Klimabewusstseins in der Bevölkerung**, insbesondere durch die Entwicklung einer realitätsnahen Risikowahrnehmung und einer höheren Achtung ökologischer sowie sozialer Werte und den Ausbau von Wissen um wirksames Handeln;
- **Stärkung der Handlungskompetenzen** von Individuen, Gruppen und Organisationen für eine ökologisch, sozial und ökonomisch nachhaltige Entwicklung;
- **Weiterentwicklung des Gesundheitssystems** für den adäquaten Umgang mit bereits vorhandenen und drohenden Auswirkungen auf die körperliche und psychische Unversehrtheit auf Basis einer wissenschaftlichen Erfassung und Einordnung psychosozialer Auswirkungen der Klimakrise;
- **Stärkung individueller Resilienz** (beispielsweise über die Etablierung angemessener Bewältigungsreaktionen) und **Aufbau systemischer Resilienz** (beispielsweise über die Entwicklung und Implementierung von Handlungsplänen für Institutionen und Administrationen).

Psycholog\*innen tragen fachliche Verantwortung in der psychologischen Praxis der Prävention und Intervention, in Wissenschaft und Forschung, im Feld der Kommunikation, in der Gesundheitsfürsorge sowie in verschiedensten Beratungskontexten. Sie haben sowohl die Bedürfnisse der Individuen als auch deren systemische Einbettung und ihr Zusammenwirken im Blick. Sie können mit diesem fachlichen Hintergrund Institutionen, Behörden und politische Entscheidungsträger\*innen dazu beraten, Infrastrukturen resilient sowie nachhaltig zu gestalten und die Bevölkerung sowohl heute als auch zukünftig aktiv zu schützen.

Das Handeln der psychologischen Profession richtet sich aus an humanistischen Werten, dem Wohl von Menschen und Gesellschaft und damit auch am Schutz unserer ökologischen und sozialen Lebensgrundlagen (BDP & DGPs, 2016; EFPA, 2005). Hieraus leitet der BDP nicht nur eigene klimafreundliche Prinzipien und Handlungsgrundlagen für den Verband und seine Tochtergesellschaften ab, sondern definiert auch für die Entwicklung der Berufsgruppe längerfristige Ziele:

#### *1. Wirksam gestaltete Klimakommunikation:*

Mittels einer empirisch fundierten Klimakommunikation wird die Information der Öffentlichkeit verbessert. Dafür müssen Klimaschutz-Akteur\*innen aus Politik, Medien und Gesellschaft mit kommunikationspsychologischem Wissen unterstützt werden.

#### *2. Wissenschaftliche Empfehlungen für wirksamen Klimaschutz:*

Die psychologische Expertise muss in umweltpolitische Aktivitäten zur Entwicklung einer nachhaltigen Gesellschaft und Wirtschaftsweise eingebunden werden.

### 3. Stärkung eines neuen Berufsfeldes:

Das Berufsfeld der Umwelt-, Klima- und Nachhaltigkeitspsychologie muss sowohl im wissenschaftlichen als auch im berufspraktischen Sektor etabliert und ausgebaut werden.

### 4. Ergänzung der Ausbildungsinhalte:

Die psychischen Auswirkungen der Klimakrise und die klimapsychologischen Handlungsfelder müssen stärker in die psychologische Aus- und Fortbildung und die berufliche Praxis einbezogen werden.

### 5. Vernetztes Arbeiten:

Der fachpolitische Austausch zwischen psychologischen Berufs- und Forschungsfeldern sowie den Berufs- und Fachverbänden muss gefördert werden, sowohl innerhalb Deutschlands als auch europaweit und international. Zudem muss sich die Psychologie noch stärker mit verwandten sozialwissenschaftlichen und sozialberuflichen Feldern vernetzen.

Der BDP warnt ausdrücklich und mit Verweis auf die Berichte des Weltklimarates (Masson-Delmotte et al., 2021) davor, die Klimakrise und ihre Folgen weiter zu unterschätzen. Nur ein wirksamer Klimaschutz, der die langfristige Entwicklung menschlicher Lebensbedingungen im Blick behält, ist auch ein wirksamer Umwelt-, Gesundheits- und schließlich Bevölkerungsschutz. Hierzu beizutragen, sieht der BDP für sich als eine zentrale Verantwortung an.

---

## Literatur

- BDP & DGPs (2016).** *Berufsethische Richtlinien des BDP und der DGPs*. Verfügbar unter: <https://www.bdpverband.de/binaries/content/assets/beruf/ber-foederation-2016.pdf>
- Clayton, S., Manning, C., College, M., Krygsman, K. & Speiser, M. (2017).** *Mental health and our changing climate: Impacts, implications, and guidance*. American Psychological Association, and ecoAmerica. Retrieved from <https://www.apa.org/news/press/releases/2017/03/mental-health-climate.pdf>
- EFPA (2005).** *Meta-code of ethics*. Retrieved from <http://ethics.efpa.eu/metaand-model-code/meta-code/>
- Gagné, J. & Krause, L.-K. (2021).** *Einend oder spaltend? Klimaschutz und gesellschaftlicher Zusammenhalt in Deutschland (More in Common)*. More in Common e. V. Verfügbar unter: <https://www.moreincommon.de/klimazusammenhalt/>
- Hickman, C., Marks, E., Pihkala, P., Clayton, S., Lewandowski, E. R., Mayall, E. E. et al. (2021).** *Young people's voices on climate anxiety, government betrayal and moral injury: A global phenomenon*. Social Science Research Network (SSRN Scholarly Paper ID 3918955). <https://doi.org/10.2139/ssrn.3918955>

- Masson-Delmotte, V., Zhai, P., Pirani, A., Connors, S. L., Péan, C., Berger, S. et al. (2021).** *Climate change 2021: The physical science basis. Contribution of working group I to the sixth assessment report of the intergovernmental panel on climate change.* Cambridge University Press. Retrieved from <https://www.ipcc.ch/report/sixth-assessment-report-working-group-i/>
- Pihkala, P. (2020).** Eco-anxiety and environmental education. *Sustainability*, 12(23), 10149. <https://doi.org/10.3390/su122310149>
- Royal College of Psychiatrists (2021).** *Position statement PS03/21: Our planet's climate and ecological emergency.* Retrieved from <https://www.rcpsych.ac.uk/docs/default-source/improving-care/better-mh-policy/positionstatements/position-statement-ps03-21-climate-and-ecological-emergencies-2021.pdf>
- United Nations Development Programme (UNDP) and University of Oxford (2021).** *Peoples' climate vote. Results.* Retrieved from <https://www.undp.org/library/peoples-climate-vote>
- UNRIC (2021).** *Ziele für nachhaltige Entwicklung.* UNRIC – Regionales Entwicklungszentrum der Vereinten Nationen. Verfügbar unter: <https://unric.org/de/17ziele/>

---

## 2. GRUNDLAGEN

*Lea Dohm, Felix Peter, Bianca Rodenstein und Fabian Chmielewski*

### 2.1 WENN WARNUNGEN UNGEHÖRT VERHALLEN – PSYCHISCHE PROZESSE IM UMGANG MIT DER KLIMAKRISE

Spätestens mit der Industrialisierung hat die Menschheit begonnen, massiv Einfluss auf das Klimasystem des Planeten zu nehmen. Seit dem Ende der 1970er-Jahre sind die Konsequenzen bekannt (Rich, 2019): Durch den zunehmenden Ausstoß von Treibhausgasen heizt sich die Erde auf. Vor dieser globalen Erwärmung und den damit einhergehenden klimatischen Veränderungen warnt die Wissenschaft seit nunmehr rund 40 Jahren (Lenton et al., 2019; Gardner & Wordley, 2019). Doch nur sehr verhalten laufen Maßnahmen an, die unsere Welt vor den laufenden und bevorstehenden Klimaveränderungen schützen.

Warum hat das so lange gedauert? Und warum fällt es vielen Menschen immer noch schwer, die drohenden Veränderungen ernst und laufende Veränderungen überhaupt wahrzunehmen? Eigentlich ist die Botschaft der Klimabewegung banal: Sie sagt, die menschengemachte Erderhitzung sei ein Problem. Dazu gibt es einen starken wissenschaftlichen Konsens (97 %: Cook et al., 2016; 100 %: Powell, 2019; 99 %: Lynas, Houlton & Perry, 2021). Und die Klimabewegung sowie zuletzt über 11.000 Wissenschaftler\*innen weltweit (Ripple, Wolf, Newsome, Barnard & Moomaw, 2019; Ripple et al., 2021) fordern, dass etwas getan werden muss: den Ausstoß von Treibhausgasen möglichst schnell zu beenden. Und auch die internationale Gemeinschaft hat sich im Rahmen des Pariser Klimaabkommens von 2015 eigentlich darauf verständigt, diese Herausforderung anzunehmen.

Die Weltgemeinschaft weiß um die Gefahren, und sie weiß auch, was zu tun ist. Und dennoch: Der Ausstoß von Treibhausgasen stieg trotz gegenläufiger internationaler Verpflichtungen weiter an (Ripple et al., 2019). Und diejenigen, die vor der Erderhitzung warnen, stehen von vielen Seiten in der Kritik. Weil sie zu radikal seien, weil sie zu apokalyptisch seien, weil sie von Ökonomie nichts verstünden, weil sie Freiheiten einschränken würden, weil ihre Forderungen unsozial seien, weil doch alles nicht so schlimm sei. Studien zeigen, dass die Konfrontation mit bedrohlichen Informationen zur Klimakrise zu unerwünschten Nebeneffekten wie symbolischen Abwehrhandlungen führen kann, statt umweltbewusstes Verhalten zu fördern (Kapeller & Jäger, 2020; Uhl, Jonas & Klackl, 2016; Uhl, Klackl, Hansen & Jonas, 2018).

Skepsis, Widerstand, Bagatellisierung, Verdrängung – all diese Formen des defensiven Umgangs mit der globalen Erderhitzung, der Bewältigung der Klimakrise und ihrer prognostizierten existenziellen Folgen

für Individuen und Gesellschaft lassen sich psychologisch erklären (Dohm, Peter & van Bronswijk, 2021; Habibi-Kohlen, 2021; Hagedorn & Peter, 2021; Herzog, 2021; Hiss, 2021; Jylhä, Tam & Milfont, 2021; Kapeller & Jäger, 2020; Lamb et al., 2020; Peter, Rodenstein & Chmielewski, 2020; Stoll-Kleemann, O’Riordan & Jaeger, 2021; Supran & Oreskes, 2021; van Bronswijk, Komm & Zobel, 2021; Wong-Parodi & Feygina, 2020; Wullenkord, 2022; Wullenkord & Reese, 2021). Dabei scheint es nicht den einen entscheidenden psychologischen Prozess zu geben. Verschiedene Bewältigungsstrategien können – auch in Abhängigkeit von individuellen Bedürfnissen, Ressourcen und kognitiven Schemata sowie dem jeweiligen Kontext und den wahrgenommenen Ressourcen – eine Rolle spielen: Gemeinsam ist ihnen die Funktion, unser subjektives Wohlbefinden (kurzfristig) aufrechterhalten und unseren Lebenskontext als stabil wahrnehmen zu können.

### **2.1.1 Bagatellisierung und Verdrängung**

Wir sehen die Katastrophe nicht kommen, wenn wir nicht hinschauen: Die Klimakrise war bislang für viele Menschen im globalen Norden lange nicht in Sicht und stellte so für das menschliche Bedrohungssystem keine reale Gefahr dar. Der Harvard-Psychologe Daniel Gilbert erklärt die Prioritätensetzung unseres Bedrohungssystems mit dem PAIN-Akronym (Marshall, 2015): Um für bedeutsam gehalten zu werden, müssen Bedrohungen persönlich, abrupt, als verwerflich und gegenwärtig wahrgenommen werden (personal, abrupt, immoral and now). Die Klimakrise lässt hier viele Schlupflöcher für die Risikowahrnehmung und Risikobewertung. Sie bleibt oft immer noch gut verborgen im Wald unserer alltäglichen Sorgen: Steigende Mieten, unsichere Arbeitsverhältnisse, individuelle Konflikte – wir haben nur eine begrenzte Aufmerksamkeitskapazität, sodass verschiedene Sorgen miteinander konkurrieren (Linville & Fischer, 1991; Sisco et al., 2020).

Wenn Menschen sich nicht wohlfühlen, sind sie bestrebt, diesen Gefühlszustand schnell zu beenden. Wenn zum Beispiel die wissenschaftlichen und politischen Warnungen vor den Folgen der Erderhitzung ernst genommen werden, gleichzeitig aber ein sehr klimaschädlicher Lebensstil verfolgt wird, dann entsteht eine Dissonanz, die nach Auflösung drängt (kognitive Dissonanzreduktion nach Festinger, 1962; Hiss, 2021). Eine Möglichkeit ist, weniger klimaschädlich zu leben (Reduzierung des ökologischen Fußabdrucks) und/oder sich politisch und im sozialen Umfeld für mehr Klimaschutz zu engagieren (Vergrößerung des ökologischen Handabdrucks). Das wäre eine problemfokussierte Herangehensweise. Erscheint dies aus vielerlei Gründen, beispielsweise aufgrund beruflicher, zeitlicher oder finanzieller Einschränkungen, nicht möglich oder stehen dem starke motivationale und volitionale Kräfte entgegen, dann können eher kognitive Bewältigungsstrategien greifen. Es wird zum Beispiel die Überzeugung entwickelt, dass das eigene Verhalten gar keine Rolle spielt oder die globale Erhitzung ungefährlich ist (Bagatellisierung) oder dass es diese gar nicht gibt (Verleugnung); oder die damit verbundenen unangenehmen Gedanken werden zur Seite geschoben (Verdrängung). Die Palette an solchen Assimilationsmechanismen, bei denen die Realität kognitiv angepasst wird, ist groß.

Womöglich ist die Klimakrise als Bedrohung auch viel zu abstrakt bzw. komplex, um sie vollständig zu erfassen. Hinweise darauf liefern beispielsweise Studien von Li, Johnson und Zaval (2011). Sie konnten

zeigen, dass Studienteilnehmer\*innen, die dachten, dass es am Tag der Befragung wärmer als üblich sei, größere Sorgen vor der Erderhitzung zum Ausdruck brachten. Wer von einer kälteren Temperatur als üblich ausging, zeigte hingegen weniger Sorgen. Diese Befunde bestätigen das Substitutions-Bias: Eine komplexere und damit weniger zugängliche Bewertung weicht einer einfacheren Beurteilung. Hinzu kommt, dass der Treibhauseffekt zu einem jahrzehntelangen Begleiter geworden ist. Dadurch, dass Veränderungen bis vor Kurzem – zumindest für den globalen Norden – überwiegend schleichend daherkamen und medial bestenfalls punktuell aufbereitet wurden, ist für viele Menschen in all den Jahren gefühlt noch nichts passiert. So wirken die Warnungen wie zahlreiche Fehlalarme.

### 2.1.2 Skepsis und Widerstand

Mitunter kann es auch kränkend für den Selbstwert sein, von einer jungen Frau wie Greta Thunberg zu hören, nicht genug für den Klimaschutz getan zu haben: wenn durch die Konfrontation mit der Klimakrise und die Kritik an unzureichenden Gegenmaßnahmen Intelligenz und Bildung infrage gestellt erscheinen. Gerade wenn Menschen sich in ihrem Selbstbild und Selbstwert angegriffen fühlen, reagieren sie oft defensiv und wehren den empfundenen Angriff mit einem Gegenangriff auf den Selbstwert des vermeintlichen Gegners ab (Salmivalli, Kaukiainen, Kaistaniemi & Lagerspetz, 1999). Vermutlich können so manche Reaktionen erklärt werden, bei denen Menschen wie Greta Thunberg im Internet oder durch politische Entscheidungsträger\*innen Geringschätzung entgegenschlägt.

Eine noch stärkere Wirkung als die Bedrohung des Selbstwertes dürfte wohl die Bedrohung des eigenen Lebens entfalten. Der negative Kern des Überlebenstriebes, die Todesangst, ist für Menschen so unangenehm, dass sie unmittelbar versuchen, diese abzuwehren (Terror-Management-Theorie nach Pyszczynski, Greenberg & Solomon, 1999). Eine Strategie besteht darin, alles daranzusetzen, das „symbolische Überleben“ zu sichern, zum Beispiel den Selbstwert zu steigern, indem die individuelle Besonderheit oder kollektive Überzeugungen der sozialen Bezugsgruppe (etwa „die Wirtschaft muss wachsen“) hochgehalten werden (Chmielewski, 2019; Wolfe & Tubi, 2019). Allerdings gibt es aktuelle Erkenntnisse, die die Bedeutung der Terror-Management-Theorie im Kontext der Leugnung der Erderhitzung eher infrage stellen, gleichzeitig jedoch die kritische Relevanz der individuellen Weltanschauung für die Bewertung existenzieller Risiken im Kontext der Klimakrise betonen (Naidu, Glendon, & Hine, 2023).

Zur Aufrechterhaltung der eigenen Weltsicht trotz gegenläufiger Informationen („die Wirtschaft muss wachsen, Klima hin oder her“) trägt beispielsweise der sogenannte Bestätigungsfehler (confirmation bias) bei. Diesem zufolge neigen Menschen dazu, die eigenen Einstellungen durch selektive Informationsgewinnung und Interpretation zu bestätigen. Und auch die wahrgenommenen Gruppennormen spielen eine entscheidende Rolle: Bereits 1968 gelang es Latané und Darley, bezugsgruppenabhängiges Verhalten in Gefahrensituationen experimentell nachzuweisen. Sie leiteten Rauch in ein Zimmer, in dem Versuchspersonen einen Test bearbeiteten. Zunächst reagierten 75 % der Versuchspersonen angemessen, verließen den Raum oder riefen um Hilfe. Doch wenn anwesende Versuchshelfer\*innen den Rauch bagatellisierten, reagierten nur noch 10 % angebracht. Dies zeigt die Herausforderung, gerade dann auf eine Notlage angemessen zu reagieren, wenn es niemand sonst tut. Die Unterstützung durch Ver-

bündete kann hierbei sehr hilfreich sein, wie dasselbe Experiment zeigt. Und auch die wahrgenommene soziale Norm ist ein wichtiger Faktor, sich für ein bestimmtes Verhalten zu entscheiden, zum Beispiel in Bezug auf Nachhaltigkeit (Cialdini & Jacobson, 2021).

Hinderlich für das eigene Aktivwerden im Klimaschutz ist auch die empfundene Einschränkung lieb gewonnener Freiheiten. Wenn vorgeschlagene Klimaschutzmaßnahmen das Bedürfnis nach Selbstbestimmung frustrieren, kann Reaktanz entstehen, eine komplexe Abwehrreaktion gegen den befürchteten Freiheitsverlust. In diesem Zusammenhang und darüber hinaus spielt auch die Abwägung potenzieller Verluste eine Rolle. Der Psychologe und Nobelpreisträger Daniel Kahnemann meint, dass es Menschen angesichts von wirksamen Klimaschutzmaßnahmen mit Entscheidungen zu tun haben, bei denen Kosten und Unlust in der Gegenwart ertragen werden müssten, um unsichere hohe Kosten in der fernen Zukunft zu vermeiden (Marshall, 2015). Oft werden allerdings kurzfristige Belohnungen langfristigen positiven Konsequenzen vorgezogen (Fischer, Bourgeois-Gironde & Ullsperger, 2017).

Seit Bekanntwerden der menschengemachten Erderhitzung und entsprechender politischer Bestrebungen, ihr Einhalt zu gebieten, wurde von Verbänden und Unternehmen zudem viel in Gegenkampagnen und Studien investiert, um ökonomische Interessen zu schützen (Oreskes & Conway, 2010; Rich, 2019; Supran & Oreskes, 2017, 2021). Diese Form von Lobbyismus führte ironischerweise im Fall des früheren klimaskeptischen Wissenschaftlers Richard A. Muller dazu, dass dieser mithilfe solcher Finanzierungen schließlich doch zu dem Schluss kam, dass die globale Erhitzung real und menschengemacht ist (Muller, 2012). Nichtsdestotrotz halten sich die Ergebnisse dieser Lobbyarbeit bis heute und ermöglichen es Menschen immer wieder, den kurzfristig einfacheren und schnelleren Weg der kognitiven Assimilation zu gehen, statt sich auf problemorientierte Strategien im Umgang mit der Klimakrise einzulassen.

Neben ökonomischen Interessen können zudem politische Ideologien einen Einfluss darauf haben, wie ablehnend der Realität des menschengemachten Klimawandels begegnet wird. Insbesondere für die USA konnte ein Zusammenhang zwischen konservativen Ideologien und Klimawandelskepsis gezeigt werden (Hornsey, Harris & Fielding, 2018). Und solche Ideologien und ökonomische Interessen können schließlich auch dazu führen, dass seriöse Forschung gezielt diskreditiert wird (Oreskes & Conway, 2010). Lamb et al. (2020) haben in diesem Zusammenhang den Klimaschutz verzögernde Diskurse untersucht und in einer Taxonomie zusammengefasst, die häufig bewusst manipulativ von fossilen Akteuren eingesetzt werden. Gerade den Klimawandel negierende Botschaften können aufgrund ihrer entwarnenden Inhalte eine entlastende Funktion haben – und erfreuen sich womöglich gerade deshalb einer weiten Verbreitung.

### **2.1.3 Abwarten, Lähmung oder Handlung**

Dort, wo die Klimakrise bereits angekommen ist, haben die ersten Fluchtbewegungen eingesetzt, weitere sind zu erwarten (Internal Displacement Monitoring Centre [IDMC], 2019; Intergovernmental Panel on Climate Change [IPCC], 2019). In weiten Teilen der nördlichen Hemisphäre sind die Auswirkungen noch nicht so stark, dass eine Flucht jenseits kognitiver Verdrängungsprozesse infrage kommt. Dort

fühlen sich hingegen immer mehr Menschen hilflos und gelähmt (Hickman et al., 2021). Die Klimakrise droht hier zu einer Krise der psychischen Gesundheit zu werden (Clayton, Manning, College, Krygsman & Speiser, 2017; Cianconi et al., 2020). Das ist erwartbar, da die individuellen Handlungsmöglichkeiten im globalen Kontext sehr beschränkt scheinen und dies bei ungelösten größeren Herausforderungen leicht in Gefühlen von Ohnmacht und Hilflosigkeit resultieren kann. Bedrohliche Informationen zum Klimawandel könnten neben der Förderung pessimistischer Sichtweisen (Ojala, 2019) unter Umständen zu negativen psychischen Konsequenzen und weiteren defensiven Reaktionen beitragen (Kapeller & Jäger, 2020; Uhl et al., 2016; Uhl et al., 2018).

Eine andere Möglichkeit ist, die Klimakrise intellektuell zwar anzuerkennen, aber nicht auf der emotionalen Ebene zuzulassen. Dabei wird (womöglich schon Vorbewusst) erkannt, dass ein emotionales Akzeptieren sehr unangenehm werden würde (Marshall, 2015). Wenn es allerdings (nur) um eine hypothetische Bedrohung geht, fällt es Menschen deutlich schwerer, aktiv zu werden. Erst eine emotionale Verarbeitung im „Hier und Jetzt“ dürfte – zusammen mit der Befriedigung der Grundbedürfnisse nach Kompetenz, Autonomie und Zugehörigkeit und der Bereitstellung klarer Handlungsempfehlungen sowie der Vermittlung von Selbstwirksamkeit – in der notwendigen Breite zu adäquatem Handeln motivieren (Hornsey, Chapman & Oelrichs, 2021). Wer sowohl emotional berührt ist als auch die Hoffnung hat, als Teil einer Gemeinschaft zu einer positiven Veränderung einen eigenen wirksamen Beitrag leisten zu können, der sollte letztlich besser ins Handeln kommen können (Fritsche, Barth & Reese, 2021; Herzog, 2021; Witte & Allan, 2000; Uhl et al., 2018).

Millionen Menschen haben sich seit 2018 einer globalen politischen Bewegung angeschlossen, gehen zu lokalen oder weltweiten Protesten auf die Straße. Hier hat eine Solidarisierung für ein gemeinsames Thema stattgefunden, was ungeachtet der geteilten Sorgen etwas sehr Erfüllendes, Bedeutunggebendes haben und so wiederum Wohlbefinden und weiteres Engagement fördern kann (Ojala, 2019). Dabei sind unter anderem viele individuelle und vor allem kollektive Wirksamkeitserwartungen entstanden – im Sinne der Überzeugung, die Herausforderung (gemeinsam) bewältigen zu können. Diese so entscheidende Solidarisierung (Marshall, 2015) braucht es nicht zuletzt auch deshalb, weil nur in der Gemeinschaft auf demokratischem Weg politische Entscheidungen herbeigeführt werden können, die zur Sicherung der menschlichen Lebensgrundlagen und der modernen Gesellschaft notwendig sind. Dazu gehört letztlich auch, manche kollektiven Überzeugungen, die für den ungebremsten Ausstoß von Treibhausgasen verantwortlich sind, zu hinterfragen (Habel & Peter, 2022).

Am Ende darf nicht unerwähnt bleiben, dass Menschen in Abhängigkeit von ihrem Kontext erleben und handeln. Vom persönlichen Kontext: Familie, Freundeskreis, Beruf, Lebensumstände. Und vom gesellschaftlichen Kontext: politische und wirtschaftliche Bedingungen, geteilte Werte und Normen, mediale Berichterstattung und soziale Konflikte. Welche psychischen Prozesse unser Denken und Handeln bestimmen, hängt außer von personalen Ressourcen und kognitiven Schemata insbesondere auch von solchen Kontextbedingungen ab. Diese können auf dem politischen Weg verändert werden. Die Tragik der Klimakrise ist, dass sich die meisten Reaktionen, psychologisch betrachtet, einerseits zwar erklären

lassen: „Panikmachende“ Jugendliche und „Klimakleber“ stören die gewohnten Abläufe und Denkmuster, bedrohen den Lebenswandel gefühlt stärker als Klimaextreme am scheinbar fernen Horizont. Auf der anderen Seite wäre es in diesem Fall lebenswichtig, ihnen zuzuhören und sie politisch ernst zu nehmen, weil ihre Warnungen begründet sind.

---

## Literatur

- Chmielewski, F. (2019).** Die Verleugnung der Apokalypse – der Umgang mit der Klimakrise aus der Perspektive der existenziellen Psychotherapie. *Psychotherapeutenjournal*, 3, 253–260.
- Cialdini, R. B. & Jacobson, R. P. (2021).** Influences of social norms on climate change-related behaviors. *Current Opinion in Behavioral Sciences*, 42, 1–8. <https://doi.org/10.1016/j.cobeha.2021.01.005>
- Cianconi, P., Betrò, S. & Janiri, L. (2020).** The impact of climate change on mental health: A systematic descriptive review. *Frontiers in Psychiatry*, 11, 74. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2020.00074>
- Clayton, S., Manning, C., Colledge, M., Krygsman, K. & Speiser, M. (2017).** *Mental health and our changing climate: Impacts, implications, and guidance*. American Psychological Association, and ecoAmerica. Retrieved from: <https://www.apa.org/news/press/releases/2017/03/mental-health-climate.pdf>
- Cook, J., Oreskes, N., Doran, P. T., Anderegg, W. R. L., Verheggen, B., Maibach, E. W. et al. (2016).** Consensus on consensus: A synthesis of consensus estimates on human-caused global warming. *Environmental Research Letters*, 11(4), 048002. <https://doi.org/10.1088/1748-9326/11/4/048002>
- Darley, J., Latané, B. (1968).** 'Group inhibition of bystander intervention in emergencies', *Journal of Personality and Social Psychology*, 10: 215-21. DOI: 10.1037/h0026570
- Dohm, L., Peter, F. & van Bronswijk, K. (Hrsg.; 2021).** *Climate Action – Psychologie der Klimakrise. Handlungshemmnisse und Handlungsmöglichkeiten*. Gießen: Psychosozial-Verlag. <https://doi.org/10.30820/9783837978018>
- Festinger, L. (1962).** *A theory of cognitive dissonance*. Stanford, CA: Stanford University Press.
- Fischer, A. G., Bourgeois-Gironde, S. & Ullsperger, M. (2017).** Short-term reward experience biases inference despite dissociable neural correlates. *Nature Communications*, 8, 1690. <https://doi.org/10.1038/s41467-017-01703-0>
- Fritsche, I., Barth, M. & Reese, G. (2021).** Klimaschutz als kollektives Handeln. Die psychologische Forschung zur Rolle sozialer Identität. In L. Dohm, F. Peter & K. van Bronswijk (Hrsg.), *Climate Action – Psychologie der Klimakrise. Handlungshemmnisse und Handlungsmöglichkeiten* (S. 229–250). Gießen: Psychosozial-Verlag. <https://doi.org/10.30820/9783837978018>
- Gardner, C. J. & Wordley, C. F. R. (2019).** Scientists must act on our own warnings to humanity. *Nature Ecology & Evolution*, 3, 1271–1272. <https://doi.org/10.1038/s41559-019-0979-y>
- Habel, A. & Peter, F. (2022).** Denkraum des Anthropozäns. Welche Frames uns daran hindern, Veränderungen zu gestalten – und welche wir brauchen, um das zu ändern. *Initiativ*, 167, 3–6.

- Habibi-Kohlen, D. (2021).** Zur zeitbedingten Abwehr der Klimakrise. Wie wir uns die Klimakrise bedeutungslos machen und wie der Zeitgeist uns dabei hilft. In L. Dohm, F. Peter & K. van Bronswijk (Hrsg.), *Climate Action – Psychologie der Klimakrise. Handlungshemmnisse und Handlungsmöglichkeiten* (S. 45–64). Gießen: Psychosozial-Verlag. <https://doi.org/10.30820/9783837978018>
- Hagedorn, G. & Peter, F. (2021).** Was müssen wir anders machen? Wie wir uns und unseren Kindern eine Zukunft gewinnen. In L. Dohm, F. Peter & K. van Bronswijk (Hrsg.), *Climate Action – Psychologie der Klimakrise. Handlungshemmnisse und Handlungsmöglichkeiten* (S. 175–208). Gießen: Psychosozial-Verlag. <https://doi.org/10.30820/9783837978018-175>
- Herzog, N. (2021).** Bewusstes Handeln besser verstehen. Die Theorie des geplanten Verhaltens im Kontext von Umwelt- und Klimaschutzverhalten. In L. Dohm, F. Peter & K. van Bronswijk (Hrsg.), *Climate Action – Psychologie der Klimakrise. Handlungshemmnisse und Handlungsmöglichkeiten* (S. 347–354). Gießen: Psychosozial-Verlag. <https://doi.org/10.30820/9783837978018>
- Hickman, C., Marks, E., Pihkala, P., Clayton, S., Lewandowski, R. E., Mayall, E. E. et al. (2021).** Climate anxiety in children and young people and their beliefs about government responses to climate change: A global survey. *The Lancet Planetary Health*, 5(12), e863–e873. [https://doi.org/10.1016/S2542-5196\(21\)00278-3](https://doi.org/10.1016/S2542-5196(21)00278-3)
- Hiss, D. (2021).** Hitze, Extremwetter und kognitive Dissonanz. In *Climate Action – Psychologie der Klimakrise. Handlungshemmnisse und Handlungsmöglichkeiten* (S. S. 141–158). Gießen: Psychosozial-Verlag. <https://doi.org/10.30820/9783837978018>
- Hornsey, M. J., Chapman, C. M. & Oelrichs, D. M. (2021).** Why it is so hard to teach people they can make a difference: Climate change efficacy as a non-analytic form of reasoning. *Thinking & Reasoning*, 28(3), 327–345. <https://doi.org/10.1080/13546783.2021.1893222>
- Hornsey, M. J., Harris, E. A. & Fielding, K. S. (2018).** Relationships among conspiratorial beliefs, conservatism and climate scepticism across nations. *Nature Climate Change*, 8, 614–620. <https://doi.org/10.1038/s41558-018-0157-2>
- Internal Displacement Monitoring Centre (IDMC; 2019).** *Mid-year figures: Internal displacement from January to June 2019*. Internal Displacement Monitoring Centre. Retrieved from: [https://api.internal-displacement.org/sites/default/files/publications/documents/2019-mid-year-figures\\_for%20website%20upload.pdf](https://api.internal-displacement.org/sites/default/files/publications/documents/2019-mid-year-figures_for%20website%20upload.pdf)
- Intergovernmental Panel on Climate Change (IPCC; 2019).** *IPCC special report on climate change, desertification, land degradation, sustainable land management, food security, and greenhouse gas fluxes in terrestrial ecosystems. Summary for policymakers*. Intergovernmental Panel on Climate Change.
- Jylhä, K. M., Tam, K.-P. & Milfont, T. L. (2021).** Acceptance of group-based dominance and climate change denial: A cross-cultural study in Hong Kong, New Zealand, and Sweden. *Asian Journal of Social Psychology*, 24(2), 198–207. <https://doi.org/10.1111/ajsp.12444>
- Kapeller, M. L. & Jäger, G. (2020).** Threat and anxiety in the climate debate. An agent-based model to investigate climate scepticism and pro-environmental behaviour. *Sustainability*, 12(5), 1823. <https://doi.org/10.3390/su12051823>

- Lamb, W. F., Mattioli, G., Levi, S., Roberts, J. T., Capstick, S., Creutzig, F. et al. (2020).** Discourses of climate delay. *Global Sustainability*, 3, e17. <https://doi.org/10.1017/sus.2020.13>
- Lenton, T. M., Rockström, J., Gaffney, O., Rahmstorf, S., Richardson, K., Steffen, W. et al. (2019).** Climate tipping points – too risky to bet against. *Nature*, 575(7784), 592–595. <https://doi.org/10.1038/d41586-019-03595-0>
- Li, Y., Johnson, E. J. & Zaval, L. (2011).** Local warming: Daily temperature change influences belief in global warming. *Psychological Science*, 22(4), 454–459. <https://doi.org/10.1177/0956797611400913>
- Lynas, M., Houlton, B. Z. & Perry, S. (2021).** Greater than 99% consensus on human caused climate change in the peer-reviewed scientific literature. *Environmental Research Letters*, 16(11), 114005. <https://doi.org/10.1088/1748-9326/ac2966>
- Linville, P. W. & Fischer, G. W. (1991).** Preferences for separating or combining events. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(1), 5–23. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.60.1.5>
- Marshall, G. (2015).** *Don't even think about it. Why our brains are wired to ignore climate change.* London, UK: Bloomsbury.
- Muller, R. A. (2012, Juli 29).** Opinion / The conversion of a climate-change skeptic. *The New York Times*. Retrieved from: <https://www.nytimes.com/2012/07/30/opinion/the-conversion-of-a-climate-change-skeptic.html>
- Naidu, P. A., Glendon, A. I. & Hine, T. J. (2023).** Climate change risk and terror management theory. *Journal of Risk Research*, 26(1), 19–36. <https://doi.org/10.1080/13669877.2022.2107050>
- Ojala, M. (2019, Februar 20).** Eco-anxiety. *RSA Journal*. Retrieved from: <https://medium.com/rsa-journal/eco-anxiety-323056def77f>
- Oreskes, N. & Conway, E. M. (2010).** *Merchants of doubt: How a handful of scientists obscured the truth on issues from tobacco smoke to global warming.* London, UK: Bloomsbury.
- Peter, F., Rodenstein, B. & Chmielewski, F. (2020).** Die Klimakrise – der Kloß in unserem Hals. Auf der Suche nach einem adaptiven Umgang mit dem Klimawandel. *Gestalttherapie*, 34(1), 24–40.
- Powell, J. (2019).** Scientists reach 100 % consensus on anthropogenic global warming. *Bulletin of Science, Technology & Society*, 37(4), 183–184. <https://doi.org/10.1177/0270467619886266>
- Pyszczynski, T., Greenberg, J. & Solomon, S. (1999).** A dual-process model of defense against conscious and unconscious death-related thoughts: An extension of terror management theory. *Psychological Review*, 106(4), 835–845. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.106.4.835>
- Rich, N. (2019).** *Losing earth: A recent history.* New York, NY: MCD/Farrar.
- Ripple, W. J., Wolf, C., Newsome, T. M., Barnard, P. & Moomaw, W. R. (2019).** World scientists' warning of a climate emergency. *BioScience*, 70(1), 8–12. <https://doi.org/10.1093/biosci/biz088>
- Ripple, W. J., Wolf, C., Newsome, T. M., Gregg, J. W., Lenton, T. M., Palomo, I. et al. (2021).** World scientists' warning of a climate emergency 2021. *BioScience*, 71(9), 894–898. <https://doi.org/10.1093/biosci/biab079>
- Salmivalli, C., Kaukiainen, A., Kaistaniemi, L. & Lagerspetz, K. M. J. (1999).** Self-evaluated self-esteem, peer-evaluated self-esteem, and defensive egotism as predictors of adolescents' participation in bullying situations. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 25(10), 1268–1278. <https://doi.org/10.1177/0146167299258008>

- Sisco, M., Constantino, S., Gao, Y., Tavoni, M., Cooperman, A., Bosetti, V. et al. (2020).** *A finite pool of worry or a finite pool of attention? Evidence and Qualifications.* Unpublished manuscript. <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-98481/v1>
- Stoll-Kleemann, S., O’Riordan, T. & Jaeger, C. C. (2001).** The psychology of denial concerning climate mitigation measures: Evidence from Swiss focus groups. *Global Environmental Change, 11*(2), 107–117. [https://doi.org/10.1016/S0959-3780\(00\)00061-3](https://doi.org/10.1016/S0959-3780(00)00061-3)
- Supran, G. & Oreskes, N. (2017).** Assessing ExxonMobil’s climate change communications (1977–2014). *Environmental Research Letters, 12*(8), 084019. <https://doi.org/10.1088/1748-9326/aa815f>
- Supran, G. & Oreskes, N. (2021).** Rhetoric and frame analysis of ExxonMobil’s climate change communications. *One Earth, 4*(5), 696–719. <https://doi.org/10.1016/j.oneear.2021.04.014>
- Uhl, I., Jonas, E. & Klackl, J. (2016).** When climate change information causes undesirable side effects: The influence of environmental self-identity and biospheric values on threat responses / Cuando la información sobre el cambio climático tiene efectos indeseados: la influencia de la identidad ambiental y de los valores biosféricos en la respuesta ante una amenaza. *PsyEcology, 7*(3), 307–334. <https://doi.org/10.1080/21711976.2016.1242228>
- Uhl, I., Klackl, J., Hansen, N. & Jonas, E. (2018).** Undesirable effects of threatening climate change information: A cross-cultural study. *Group Processes & Intergroup Relations, 21*(3), 513–529. <https://doi.org/10.1177/1368430217735577>
- van Bronswijk, K., Komm, J.-O. & Zobel, I. (2021).** Die Evolution der Drachen der Untätigkeit. Aktuelle Erkenntnisse zur Lücke zwischen Wissen und Handeln. In L. Dohm, F. Peter & K. van Bronswijk (Hrsg.), *Climate Action – Psychologie der Klimakrise. Handlungshemmnisse und Handlungsmöglichkeiten* (S. 105–140). Gießen: Psychosozial-Verlag. <https://doi.org/10.30820/9783837978018>
- Witte, K. & Allen, M. (2000).** A meta-analysis of fear appeals: Implications for effective public health campaigns. *Health Education & Behavior: The Official Publication of the Society for Public Health Education, 27*(5), 591–615. <https://doi.org/10.1177/109019810002700506>
- Wolfe, S. E. & Tubi, A. (2019).** Terror management theory and mortality awareness: A missing link in climate response studies? *WIREs Climate Change, 10*(2), e566. <https://doi.org/10.1002/wcc.566>
- Wong-Parodi, G. & Feygina, I. (2020).** Understanding and countering the motivated roots of climate change denial. *Current Opinion in Environmental Sustainability, 42*, 60–64. <https://doi.org/10.1016/j.cosust.2019.11.008>
- Wullenkord, M. C. (2022).** From denial of facts to rationalization and avoidance: Ideology, needs, and gender predict the spectrum of climate denial. *Personality and Individual Differences, 193*, 111616. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2022.111616>
- Wullenkord, M. C. & Reese, G. (2021).** Avoidance, rationalization, and denial: Defensive self-protection in the face of climate change negatively predicts pro-environmental behavior. *Journal of Environmental Psychology, 77*, 101683.

## 2.2 KOMMUNIKATION IN DER (KLIMA-)KRISE? ORIENTIERUNG UND MUT FÜR GESPRÄCHE ÜBER EIN „WICKED PROBLEM“

*„Die komplette Nachhaltigkeits- und Klimaschutzszene verzweifelt ja hochprofessionell an der Frage, warum Menschen nicht zu Veränderungen ihrer Lebensweise bereit sind [...]. Vielleicht wäre es einfach besser, [...] mal darüber nachzudenken, wo denn wohl Veränderungsbereitschaften zu finden sind – im Wissen liegen sie nämlich nicht“ (Welzer, 2019, S. 49).*

Nun ist es so weit: Das Small-Talk-Thema Nummer eins hat seine Unschuld verloren. Dürfen wir einen frühlingshaft warmen, sonnigen Tag im Februar noch als »schönes Wetter« bezeichnen? Und ist es okay, von fleischlastigen Festessen oder Fernreisen im Urlaub zu erzählen? Plötzlich gibt es in alltäglichen Gesprächen überall vermintes Gelände.

Im Allgemeinen herrscht – nicht selten auch bei Psycholog\*innen – Unsicherheit und Uneinigkeit darüber, wie über die Klimakrise gesprochen werden soll: Muss die Kommunikation darüber auf eine drastischere Art erfolgen? Und wenn ja, mit welchem Ziel? Dass wir mit den Worten von Julia Klöckner (2020) »an der Ladenkasse mit unserem Geldschein entscheiden«, wie viel uns Tierwohl und Klimaschutz wert sind?

### 2.2.1 Anleitung zu Klimakommunikation für die psychologische Praxis

Mit diesen Fragen beschäftigen sich das Feld der Klimakommunikation und die psychologische Forschung zur Klimakrise. Sie beruhen auf den Schlüsselerkenntnissen der Umwelt-, Sozial-, Gesundheits- und Kommunikationspsychologie. Die Erkenntnisse zur Klimakommunikation können uns dabei helfen, die menschlichen Lebensgrundlagen zu schützen, gleichzeitig einen lebenswerteren gesellschaftlichen Weg einzuschlagen und im persönlichen Rahmen Gespräche so zu führen, dass es unsere Gegenüber zum Handeln motiviert. Dieser Artikel soll wie ein gutes, wissenschaftlich fundiertes Kochrezept für Klimagespräche sein: Wir möchten den Leser\*innen Orientierung und Mut geben, sich selbst in persönlichen Gesprächen über die Klimakrise auszuprobieren.

### 2.2.2 Was macht es so schwer, die Klimakrise in Gesprächen anzusprechen?

»Verstehe doch endlich das Problem, und fange an, dein Leben zu ändern!« So lautet wohl der Grundton vieler Gespräche über die Klimakrise, die in Deutschland geführt werden. Aus der Perspektive des »Vier-Ohren- Modells« von Friedemann Schulz von Thun (2017) hören einige Empfänger\*innen die Beziehungsbotschaft heraus, Teil des Problems zu sein (viele Leser\*innen werden sich noch an Gespräche zum Thema »Umweltsau« erinnern). Unverkennbar jedenfalls ist der Appell, der zum direkten Handeln drängt.

Doch zu welchem Handeln genau? Die Klimakrise als Problem ist nicht nur höchst komplex und stellt ein globales sozial-ökonomisches Dilemma dar (Aitken, Chapman & McClure, 2011). Darüber hinaus ist

sie auch als »wicked problem« beschreibbar, für welches aufgrund unvollständiger, widersprüchlicher und sich ändernder Anforderungen nicht die eine perfekte Lösung gefunden werden kann (Levin, Cashore, Bernstein & Auld, 2012). Stattdessen braucht es bei solchen Problemarten einen Lösungsraum, in dem mehrere Vorgehen miteinander kombiniert und auch potenzielle Nebenfolgen in den Überlegungen berücksichtigt werden (Grint, 2016). Der Fortschritt in der Energieeffizienz von Automotoren stellt ein Beispiel für eine solche Lösung dar, die einen negativen Nebeneffekt (»Rebound-Effekt«) nach sich zieht: Trotz der Effizienzbemühungen verringern sich die Emissionen von Autos nur bedingt. Im Jahr 1995 hatten die zugelassenen Neuwagen nach Angaben des Kraftfahrtbundesamts im Mittel 95 PS, im Jahr 2018 jedoch 152 PS – und die werden auch genutzt. Doch an dieser Stelle hört es noch nicht auf: Jede und jeder von uns ist in die Krisen unserer Natur, der Biodiversität und des Klimas verwickelt. Das Thema trifft und betrifft uns ganz persönlich. Nach Moser (2016) halten fünf psychologische Barrieren uns davon ab, uns mit der Klimakrise konstruktiv auseinanderzusetzen: Dies sind u. a. die psychologische Distanz der Klimakrise (Wahrnehmung als vermeintlich »weit weg«), die kognitive Dissonanz zwischen Wissen, Werten und Handeln sowie der Schutz unseres Selbstwerts, der droht, verletzt zu werden, wenn wir unser vergangenes Verhalten hinterfragen. Es ist daher gut nachvollziehbar, dass viele Menschen sich nicht gerne freiwillig mit der Klimakrise beschäftigen oder bei einer tieferen Auseinandersetzung mit diesem schier unlösbaren Problem schnell in eine »Problemtrance« fallen (Schmidt, 2018).

In Gesprächen zur Klimakrise können Konflikte um Detailprobleme lähmend sein. Hilfreicher ist es, sich im Dialog gemeinsam auf die Suche nach (noch) besseren Lösungen zu begeben und sich von noch offenen Fragen nicht entmutigen zu lassen.

### **2.2.3 Bevor es losgeht: Wer ist für Gespräche mit wem geeignet?**

Häufig wird die Frage danach gestellt, wie man gegen die Leugnung der anthropogenen Klimakrise argumentieren könne. Dabei sollte die Gruppe der Menschen, die das Problem leugnen, nach Mettag, Füchslin und Schäfer (2015) nur maximal zehn Prozent der Bevölkerung in Deutschland darstellen. Dieser Frage eine zu hohe Bedeutung zu verleihen und Leugnung durch persönliche Gespräche verringern zu wollen, hat daher nicht nur Frustrationspotenzial, es kann zudem in der öffentlichen Wahrnehmung zu einem »False-Balance-Effekt« kommen: Durch eine Berichterstattung in den Nachrichten über Klimaleugnung wird die Haltung einer Minderheit in ihrer Verbreitung überschätzt. Stattdessen sollten wir den Fokus darauf legen, Gespräche mit Zielgruppen der Mehrheitsgesellschaft zu führen: mit Menschen, die um die Klimakrise wissen, aber ihr persönliches Risiko durch die Klimakrise als gering betrachten, die in der kollektiven Verantwortungsdiffusion optimistisch sind, dass andere das Problem schon lösen werden, oder die zwar Lust haben, selbst aktiv zu werden, aber nicht wissen, wie und wann dies sinn- und wirkungsvoll machbar ist. Daher kann es hilfreich sein, sich zu Beginn eines Gesprächs auf die Glaubensvorstellungen, die Werte und das bisherige Klima-Engagement des Gegenübers einzustimmen bzw. diese zunächst mit einer offenen Haltung zu erfragen. Dies bietet das Potenzial, im Dialog auf die Bedürfnisse und Themen einzugehen und konkret weiterzuhelfen. Denn das Dogma von »one size fits all« ist überholt: Gespräche über das Klima entfalten besonders gut ihre Wirkung, wenn sie zum Stadium der problem- und handlungsbezogenen Überlegungen des Gegenübers passen (Moser & Dilling, 2011).

Darüber hinaus sind für jede Zielgruppe andere Botschafter\*innen am besten geeignet. Wichtig für die Effektivität ist es, dass diese als glaubwürdig wahrgenommen werden (Markowitz & Guckian, 2018). Aufgrund der hohen Bedeutung, die Gruppenzugehörigkeit für unsere Identität hat, können uns Menschen aus unserem eigenen sozialen Umfeld besonders gut für den Klimaschutz begeistern (Goldberg, van der Linden, Maibach & Leiserowitz, 2019). Von wem werden wir als Psycholog\*innen als glaubwürdig angesehen? Für wen sind wir also als Botschafter\*innen ideal?

*In Gesprächen stets die eigene Haltung zur Klimakrise zu teilen (»one size fits all«), kann in Frustration und wenig Wirkung münden. Stattdessen lohnt es sich, verschiedene Zielgruppen bei ihrem psychischen »Standort« zum Thema »Klima« abzuholen.*

#### **2.2.4 Sorge, Schuld und Hoffnung: Wohin mit den Gefühlen?**

Wer sich mit der Klimakrise befasst, hat gute Gründe dafür, mit pessimistischem Blick in die Zukunft zu schauen und heftige unangenehme Gefühle zu erleben: Angst, Hilflosigkeit, Wut und Trauer um einen Lebensraum, der schon jetzt verändert ist. Die persönliche emotionale Bewältigung der Klimakrise ist aber unbedingt vom Ziel zu unterscheiden, professionell – sprich: empathisch, konstruktiv sowie motivierend – zu kommunizieren. Falls man sich selbst durch die Vergegenwärtigung des drohenden Endes der Zivilisation für den Klimaschutz motiviert fühlt (oder sich daran so erinnert), kann das dazu verführen, dass man daraus fälschlicherweise ein universelles Wirkungsprinzip (auch für andere) ableitet. Doch wenn apokalyptische Bilder und negative Gefühle im Fokus der Kommunikation stehen und aktivierende Gefühle überlagern (»doomism«), kann sich die Wirksamkeit der Kommunikation stark verringern (Moser, 2016). Nach einem Ratschlag von Per Espen Stoknes sollte stattdessen das Maß an positiven Emotionen dreimal so hoch sein wie das Maß an negativen Emotionen (Stoknes & Randers, 2015). Welche verschiedenen Gefühle können wir zu einem authentischen und aktivierenden Gesamtwerk im Gespräch kombinieren?

*Mit schwierigen Gefühlen können wir in Gesprächen zur Klimakrise rechnen und sollten daher mit ihnen umzugehen lernen. In der Kommunikation sollten aber positive, aktivierende Gefühle, die zum Handeln motivieren, im Fokus stehen.*

#### **2.2.5 Haltung bewahren und Werte verstehen: Was braucht es für ein persönliches Gespräch?**

Gespräche über Klimakrise und Klimaschutz können schnell dazu führen, dass sich das Gegenüber in seinen Bedürfnissen oder seinem Selbstwert verletzt fühlt. Die psychologischen Schutzmauern werden hochgefahren, um psychische Stabilität zu behalten und Unsicherheit zu reduzieren (Raihani & Aitken, 2011). Genau diese Instabilität, die eine Auseinandersetzung mit schwierigen Gefühlen mit sich bringen kann, erfordert einen sicheren Raum des Verstehens. Dieser sichere Raum wird in der systemischen Beratungsarbeit als »Metastabilität« benannt und ermöglicht, dass im Gespräch aus der Instabilität neue Lösungsideen entstehen können (Loth & Schlippe, 2004).

Die Notwendigkeit eines stabilen, wertschätzenden Gesprächsrahmens durch Zuhören und Verstehen wird insbesondere praktizierende Psychotherapeut\*innen wenig überraschen. Wir fragen uns mit einer neugierigen Haltung: Was genau ist eigentlich der Grund, warum dem Nachbarn mit seinen zwei SUVs in der Garage Klimaschutz scheinbar wenig wichtig ist? Oder ist ihm Klimaschutz zwar wichtig, aber er hat andere (gute) Gründe für sein Verhalten? Dabei ist zu beachten, dass Verstehen nicht mit Einverständnis verwechselt wird (Pörksen & Schulz von Thun, 2020). So kann es eine Person beispielsweise entschieden ablehnen, auf rettende technologische »Götter« aus dem Feld des Geo-Engineerings zu warten, und dennoch die zugrunde liegenden Werte des Gegenübers verstehen. Sich tiefer mit den Werten des Gegenübers (z. B. mithilfe des »Wertequadrats« von Schulz von Thun, 2017) auseinanderzusetzen, kann auch vorbeugen, dem anderen Unwerte zu unterstellen.

Stellen wir uns vor: Lisa setzt sich für den Wert »freiwillige Eigenverantwortung« ein und sieht daher Regulationen durch den Staat kritisch. David hingegen betrachtet dies als staatliche Fürsorgepflicht und glaubt nicht daran, dass reine Freiwilligkeit ausreicht. Wenn sich Lisa und David über guten Klimaschutz unterhalten, kann es passieren, dass sich die wahrgenommenen Werte des Gegenübers blitzschnell zuspitzen: David nimmt den Ruf nach Eigenverantwortung als Plädoyer für soziale Kälte wahr, und Lisa erlebt Davids Ruf nach staatlicher Fürsorge als Plädoyer für vollständige Entmündigung. Wir können uns vorstellen, wie sich der Dialog zwischen den beiden im Folgenden zuspitzt. Ein genaues Zuhören und offenes Erfragen der Werte des Gegenübers kann diese unangenehmen Folgen verhindern. Und vielleicht lassen sich für Lisa und David auch Werte finden, die einen Kompromiss darstellen, auf den sich beide einigen können?

*In Gesprächen treffen oft divergierende Werte aufeinander. Um zunehmende Polarisierung zu verhindern und neue Dialogräume zu öffnen, ist eine zentrale Fähigkeit von Psychotherapeut\*innen besonders wertvoll: zuzuhören und zu versuchen, zu verstehen.*

### **2.2.6 Schuld oder Vorbild:**

#### **Wie gehen wir im Gespräch mit der eigenen Beteiligung am Problem um?**

Wer in Deutschland am gesellschaftlichen Leben teilnimmt, produziert nach Angaben des Umweltbundesamt bereits rein durch öffentliche Emissionen 0,9 Tonnen CO<sub>2</sub>-Äquivalente pro Jahr. Jede\*r von uns stößt im Durchschnitt zehn weitere Tonnen CO<sub>2</sub>-Äquivalente aus, weil wir wohnen, Strom nutzen, uns fortbewegen und essen. Es ist ganz klar: Unsere Lebensweise und unsere öffentlichen Infrastrukturen ragen noch immer weit über das Ziel von 1,5 Tonnen CO<sub>2</sub>-Äquivalenten pro Kopf hinaus, mit denen sich eine lebenswerte Zukunft auf der Erde noch erhalten lassen würde.

Als Reaktion wird in öffentlichen Debatten Klimaaktivist\*innen häufig Inkonsistenz zwischen Worten und Handeln vorgeworfen: »Ich bin gespannt, was Greta macht, wenn es kalt wird. Heizen kann es ja wohl nicht sein«, witzelte beispielsweise Dieter Nuhr. Dieser Witz um Heuchelei war leicht geerntet, da Menschen sehr ungern getäuscht werden und dafür eine starke Antenne haben (Jordan, Sommers, Bloom & Rand, 2017).

Widersprüchliches Verhalten wird in Jahrzehnten des Umbruchs – ein Bein noch in den alten Strukturen, ein Bein bereits in den Visionen einer besseren Welt – leider an vielen Stellen nicht zu umgehen sein. Sollte man die eigenen Widersprüche verbergen? Studien belegen: Eine offene Kommunikation der eigenen Grenzen kann die Unterstellung von Heuchelei verhindern und befördert sogar Verständnis des Gegenübers (Jordan et al., 2017). So entsteht Augenhöhe, und auch unser Bedürfnis nach sozialer Verbundenheit wird gewürdigt. Selbstverständlich können wir als Modell Klimaschutz vorleben, wo es uns gelingt. Aber selbst bei höchstem Einsatz bleibt dies, bis in der Gesellschaft die nötigen (infra-)strukturellen Veränderungen und Erleichterungen vorgenommen werden, eine echte Sisyphus-Aufgabe. Wie können wir authentisch und nahbar auftreten – uns selbst und anderen gegenüber?

*In unserem Streben nach interner Konsistenz würden wir gerne ohne Widersprüche reden und handeln können, doch die »wicked problems« bringen uns an unsere Grenzen. Authentizität in der Kommunikation ist mehr als ein Ideal: Sie kann eine psychologische Brücke zum Gegenüber bauen.*

### **2.2.7 Individuum versus Politik: Zu welchem Handeln motivieren wir in Gesprächen?**

Neben dem Missverständnis, sich mit Kommunikation primär an eine leugnende Minderheit zu richten, verlieren sich Menschen ebenso häufig in Appellen, in denen die volle Verantwortung auf das Alltagsverhalten von Individuen geladen wird. Dabei gibt es auf der Ebene individueller Einstellungen gute Nachrichten: In Umfragen sprechen sich Menschen EU-weit für eine ambitioniertere Klimapolitik aus (»Eurobarometer«-Umfrage der Europäischen Kommission sowie Umfrage »Corona und Nachhaltigkeit« der Deutschen Bundesstiftung Umwelt).

Die schlechte Nachricht: Auch in Deutschland haben sich Infrastrukturen etabliert, die dazu beitragen, dass klimaschädliches Verhalten die Normalität darstellt. Wenn ein Burger mit Rindfleisch in der Kantine nur ein Drittel des Preises für einen reichhaltigen Salat kostet oder Nachtzüge eingestellt werden und damit Fernreisen mit dem Zug mehr Zeit in Anspruch nehmen, reicht individueller Veränderungswille nicht aus. Mit dem Modell zum »inneren Team« von Schulz von Thun (2017) ausgedrückt, schlagen bei diesen Entscheidungen vielleicht zwei Seelen gleichzeitig in meiner Brust, aber wenn die Infrastrukturen des Alltags fast nur den Bedürfnissen meiner inneren »Hüterin der Gewohnheiten« entsprechen und nicht jenen meiner »Reformerin«, dann hat Letztere wenig Aussicht auf Erfolg.

Dieser Einbezug der infrastrukturellen Wirklichkeit ist wesentlich für kommunizierte Lösungsansätze. Auf demokratischem Wege können wir als Kollektiv die Infrastrukturen langsam, aber stetig verändern: ihnen zunächst die hinderliche Gestalt nehmen und sie schließlich zu Unterstützenden werden lassen, die es uns einfacher machen, unser Ziel eines lebenswerten, zukunftsfähigen Lebens zu erreichen. Was passieren kann, wenn kollektive Appelle Infrastrukturen ändern, sehen wir in Kopenhagen: Dort fahren 63 Prozent der Menschen mit dem Fahrrad zur Arbeit, und zwar weil es so »einfach und bequem« ist (The City of Copenhagen, 2015).

In unpassenden Rahmenbedingungen können Appelle ans Individuum einen Bumerang-Effekt haben, indem sie entlastende einzelne Symbolhandlungen wie »zero plastic« fördern (»moral licensing«) oder zu Resignation beitragen (Blanken, van de Ven & Zeelenberg, 2015). Ein zu starker Fokus auf den eigenen CO<sub>2</sub>-Fußabdruck – einer Erfindung des Öl- und Gaskonzerns BP der 1980er-Jahre – sollte daher im Hinblick auf die damit kommunizierte Verantwortung und Effektivität für den aktuellen politischen Pfadwechsel kritisch hinterfragt werden. Zu welchen kollektiven Verhaltensweisen könnten wir als Psycholog\*innen stattdessen motivieren?

*In der Vergangenheit wurden viele Appelle an Individuen und ihr Klimaschutzverhalten im Alltag gerichtet. Wirksamer ist es, infrastrukturelle Lösungen aufzuzeigen und gemeinsam einzufordern, um Klimaschutz für alle einfach und fair zu machen.*

### **2.2.8 Framing: Mit welchen Wörtern wird Klimaschutz motivierend?**

Die klimapsychologische Forschung zeigt, dass das Problemwissen keinen oder nur einen sehr kleinen Einfluss auf das Klimaschutzverhalten hat (Gifford, Kormos & McIntyre, 2011). Stattdessen gibt es zahlreiche weitere Faktoren, wie z. B. psychologische Distanz, Risikowahrnehmung, Selbstwirksamkeit, soziale Normen, die Abwägung von Kosten und Nutzen einer Handlung, Handlungs- und Effektivitätswissen, die darüber bestimmen, wie zugewandt Menschen sich gegenüber Klimaschutz zeigen (Gifford et al., 2011).

Diese Kenntnisse lassen sich auf Gespräche zum Thema »Klima« übertragen: Je nachdem, welche Wörter bzw. Bedeutungsrahmen (sogenannte »Frames«) wir in Gesprächen zum Klimaschutz verwenden, schaffen wir mehr oder weniger Motivation zum Handeln bei unserem Gegenüber. Ein »Gewinn-Frame« bietet sich gut für zeitnahe Co-Benefits an (»Klimaschutz fördert direkt unsere Gesundheit, bringt saubere Städte, gute Luft und neue Arbeitsplätze in neuen Branchen«). Liegt ein Gewinn erst in weiter Zukunft, kann es dagegen vorteilhaft sein, die Versicherung gegen zukünftige Kosten zu betonen, da Menschen nach der »Construal-Level-Theorie« von Liberman und Trope (2008) Verluste bedeutsamer als Gewinne einschätzen. (»Wenn wir so weitermachen, wird uns die Klimakrise unseren Wohlstand nehmen. Doch wenn wir schon heute echte Maßnahmen ergreifen, können wir das Schlimmste verhindern.«)

Wichtig ist es, stets aufzuzeigen bzw. im Gespräch entwickeln zu lassen, dass die Werte des Gegenübers – das, was ihm wichtig ist – durch die Klimakrise in Gefahr sind (Hornsey, Harris, Bain & Fielding, 2016). Dies reduziert die erlebte Komplexität des Themas, bringt es in unsere Wohnzimmer und kann so die Risikowahrnehmung der Klimakrise stärken. Was ist meinem Gegenüber ein Herzensanliegen? Vielleicht der benachbarte Wald, der immer trockener wird, oder Hilfsbereitschaft gegenüber Menschen in humanitären Krisen?

*Intuitive Ansätze zur Beschreibung der Klimakrise können unbeabsichtigt negativ wirken. »Frames«, die sich nach der psychologischen Forschung zum Klima als geeignet herausgestellt haben, können das Thema »Klimaschutz« hingegen zugänglicher und motivierender machen.*

## 2.2.9 Klima in die psychologische Praxis bringen: Was können wir tun?

Als praktizierende Psycholog\*innen sind wir keine Expert\*innen für Klimawissenschaft. Doch was wir dafür umso besser verstehen, ist die Intentions-Verhaltens-Lücke, die mit Blick auf die Klimakrise aktuell drastisch auseinanderklafft. Unsere Aufgabe kann es daher sein, für soziale Strukturen einzustehen, welche die Möglichkeiten und Grenzen der menschlichen Psyche berücksichtigen und Verhaltensänderung möglichst einfach machen. In welcher sozialen Gruppe meines Umfelds könnten bereits die Türen für konkretes Handeln offen stehen? Vielleicht beim Arbeitgeber, dem die Gesundheit der Beschäftigten – und damit auch effektiver Klimaschutz – ein Anliegen ist? Oder wie wäre es, wenn die Vielstimmigkeit des Kirchenchors auch auf einer Klima-Demo hörbar ist? Es gibt zahlreiche Möglichkeiten, sich demokratisch zu beteiligen und sich bestehenden Gruppen anzuschließen – für Demonstrationen, Bürgerinitiativen, Gespräche mit Politiker\*innen oder für Leser\*innenbriefe in der Lokalzeitung. Bestehende Gruppen können auch das nötige Handlungswissen vermitteln und umsetzen.

Also: Was ist Ihr persönlicher Beitrag für den Pfadwechsel in Richtung Zukunftsfähigkeit – und mit wem könnten Sie darüber sprechen?

### 2.2.10 Empfehlungen und Forderungen

- 1: Die Beteiligung von Bürger\*innen auf kommunaler, Landes- und Bundesebene an Klimapolitik ist unverzichtbar. Nur durch eine Ausweitung der demokratischen Mitbestimmungsmöglichkeiten können Bürger\*innen langfristig in die Suche nach Klimalösungen und passenden Maßnahmen eingebunden werden. Dies kann beispielsweise konkret durch Bürger\*innenräte erfolgen.
- 2: Zivilgesellschaftliche Akteur\*innen, die als Multiplikator\*innen in der Gesellschaft die sozial-ökologische Transformation ermöglichen und vorantreiben, müssen sich kostenfrei in ihren Transformationskompetenzen weiterbilden können. Hierfür sollte ein Kompetenz- und Weiterbildungszentrum eingerichtet werden, welches u. a. psychologisch fundierte Trainings zu zielgruppenorientierter Klimakommunikation anbietet.
- 3: Alle Menschen in der Gesellschaft müssen kostenfreien Zugang zu professionellen und hauptamtlich gestalteten Unterstützungsstrukturen erhalten, bei denen die helfenden Psycholog\*innen auf den Umgang mit Gefühlen in sozial-ökologischen Krisen spezialisiert sind. Ökologische Fragen müssen darüber hinaus fester Bestandteil in Ausbildungen aller Gesundheitsberufe werden.
- 4: Gesprächsführung (wie aktives Zuhören und offene Fragen stellen) muss fester Bestandteil jeglicher Angebote der Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE) sein. Dialogräume zu öffnen und zu gestalten, ist eine Schlüsselkompetenz, um mit sozial-ökologischen Krisen produktiv umzugehen.
- 5: Nachhaltiges Verhalten muss für alle Menschen leicht, bequem und kostengünstig sein. Infrastrukturen müssen so gestaltet sein, dass klimafreundliches Verhalten belohnt und nahegelegt wird.
- 6: Alle Bürger\*innen müssen umfassende und leicht verständliche Informationen darüber erhalten, welche Handlungsmöglichkeiten sie haben, die sozial-ökologische Transformation mitzugestalten und voranzutreiben. Der sogenannte „Handabdruck“ muss in öffentlichen Kampagnen vor dem „Fußabdruck“ stehen.

- 7: Alle Menschen in der Gesellschaft müssen durch zielgruppenspezifische öffentliche Kampagnen durch die Politik bei ihren Werten abgeholt werden. Politiker\*innen müssen an Weiterbildungen zu Klimapsychologie und Klimakommunikation teilnehmen. Nur so können sie die Interessen an sozialgerechter und breit akzeptierter Klimapolitik repräsentieren und möglichst viele Wähler\*innen für effektive Klimalösungen gewinnen.

---

## Literatur

- Aitken, C., Chapman, R. & McClure, J. (2011).** Climate change, powerlessness and the commons dilemma: Assessing New Zealanders' preparedness to act. *Global Environmental Change*, 21(2), 752–760. <https://doi.org/10.1016/j.gloenvcha.2011.01.002>
- Blanken, I., van de Ven, N. & Zeelenberg, M. (2015).** A meta-analytic review of moral licensing. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 41(4), 540–558. <https://doi.org/10.1177/0146167215572134>
- Gifford, R., Kormos, C. & McIntyre, A. (2011).** Behavioral dimensions of climate change: Drivers, responses, barriers, and interventions. *Wiley Interdisciplinary Reviews: Climate Change*, 2(6), 801–827. <https://doi.org/10.1002/wcc.143>
- Goldberg, M. H., van der Linden, S., Maibach, E. W. & Leiserowitz, A. (2019).** Discussing global warming leads to greater acceptance of climate science. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 116(30), 14804–14805. <https://doi.org/10.1073/pnas.1906589116>
- Grint, K. (2016).** Wicked problems and clumsy solutions: The role of leadership. In S. Brookes & K. Grint (Eds.), *The new public leadership challenge* (pp. 169–186). London, UK: Palgrave Macmillan.
- Hornsey, M. J., Harris, E. A., Bain, P. G. & Fielding, K. S. (2016).** Meta-analyses of the determinants and outcomes of belief in climate change. *Nature Climate Change*, 6(6), 622–626. <https://doi.org/10.1038/nclimate2943>
- Jordan, J. J., Sommers, R., Bloom, P. & Rand, D. G. (2017).** Why do we hate hypocrites? Evidence for a theory of false signaling. *Psychological Science*, 28(3), 356–368. <https://doi.org/10.1177/0956797616685771>
- 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. <https://doi.org/10.1007/s11077-012-9151-0>
- Liberman, N. & Trope, Y. (2008).** The psychology of transcending the here and now. *Science*, 322(5905), 1201–1205. <https://doi.org/10.1126/science.1161958>
- Loth, W. & von Schlippe, A. (2004).** Einführung in die systemische Organisationstheorie. *System Familie*, 17(2), 118–136.
- Markowitz, E. M. & Guckian, M. L. (2018).** Climate change communication: Challenges, insights, and opportunities. In L. A. Kahlor & P. A. Stout (Eds.), *Communicating science: A global perspective* (pp. 33–48). London, UK: Routledge.

- Metag, J., Füchslin, T. & Schäfer, M. S. (2017).** Global warming's five Germanys: A typology of Germans' views on climate change and patterns of media use and information. *Public Understanding of Science*, 26(4), 434–451. <https://doi.org/10.1177/0963662515592558>
- Moser, S. C. (2016).** Reflections on climate change communication research and practice in the second decade of the 21st century: What more is there to say? *Wiley Interdisciplinary Reviews: Climate Change*, 7(3), 345–369. <https://doi.org/10.1002/wcc.403>
- Moser, S. C. & Dilling, L. (2011).** Communicating climate change: Closing the science-action gap. In J. S. Dryzek, R. B. Norgaard & D. Schlosberg (Eds.), *The Oxford handbook of climate change and society* (pp. 161–174). Oxford, UK: Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199566600.003.0010>
- Pörksen, B. & Schulz von Thun, F. (2020).** *Kommunikation als Lebenskunst: Philosophie und Praxis des Miteinander-Redens*. Heidelberg: Carl-Auer.
- Raihani, N. J. & Aitken, D. (2011).** Uncertainty, rationality and cooperation in the context of climate change. *Climatic Change*, 108(1–2), 47–55. <https://doi.org/10.1007/s10584-010-0014-2>
- Schmidt, J. (2018).** Climate change, wicked problems, and cultural cognition. *Theory in Action*, 11(4), 40–65. <https://doi.org/10.3798/tia.1937-0237.18024>
- Schulz von Thun, F. (2017).** *Miteinander reden 1: Störungen und Klärungen*. Hamburg: Rowohlt.
- Stoknes, P. E. & Randers, J. (2015).** *What we think about when we try not to think about global warming: Toward a new psychology of climate action*. White River Junction, VT: Chelsea Green Publishing.
- The City of Copenhagen (2015).** *Copenhagen city of cyclists: Bicycle account 2014*. Technical and Environmental Administration, City of Copenhagen. Retrieved from: <https://www.cycling-embassy.org.uk/sites/cycling-embassy.org.uk/files/documents/Copenhagens-Bicycle-Account-2014.pdf>
- Welzer, H. (2019).** *Alles könnte anders sein: Eine Gesellschaftsutopie für freie Menschen*. Frankfurt am Main: S. Fischer Verlag.

## 2.3 KLIMARESILIENZ AUFBAUEN

### *Ein Vier-Felder-Schema zur Entwicklung praktischer Handlungsoptionen in der Klimakrise*

Seit dem Klimastreikjahr 2019 kommt niemand mehr an den Klimaveränderungen und ihren Auswirkungen vorbei: Sowohl in Politik, Wirtschaft und Wissenschaft als auch in Bevölkerungsumfragen bleibt das Klima eines der Top-Themen. Gleichzeitig hat ein Wandel in den Begrifflichkeiten begonnen: Statt von „Klimawandel“ oder „globaler Erwärmung“ wird zunehmend von „Klimakrise“ gesprochen. Denn das sich langsam entwickelnde Phänomen der menschengemachten „Erderhitzung“ führt in vielen Bereichen zunehmend und schneller zu krisenhaften Belastungen: auf der staatlichen Ebene, in der Ökonomie, im Sozialen bis hinein in die individuelle Sphäre. Im Falle katastrophaler Erscheinungsformen wie den Überflutungen im Sommer 2021 in Teilen von Deutschland zeigt sich die Verletzlichkeit menschlicher Netzwerke durch außergewöhnliche Umweltbedingungen. In diesem Beitrag unterbreiten wir vor diesem Hintergrund einen Vorschlag, das Konzept der Resilienz klimakrisentauglich zu machen und verstärkt in die praktische Anwendung zu bringen.

#### 2.3.1 Das Ausmaß der Klimakrise

Die Klimakrise ist eine *ökologische, politische und psychosoziale Krise* zugleich – und dies mit globaler Verbreitung. Die Formen der Ausbreitung und lokalen Belastungen unterscheiden sich hinsichtlich der Art – von Dürre bis Starkregen – und der Dauer sowie der Stärke. Bestimmte Regionen, insbesondere im globalen Süden, sind schon länger und stärker betroffen. Auch über die verschiedenen und viel besprochenen Erscheinungsformen hinaus (Meeresspiegel- und Temperaturanstieg, veränderte Niederschlagsmuster, häufigere Extremwetterereignisse, schlechtere Luftqualität; für eine globale Betrachtung siehe van Susteren & Al Delaimy, 2020; Günster, Klauber, Robra, Schmuker & Schneider, 2021) können Menschen auf verschiedene Art und Weise bedroht sein und sich bedroht fühlen.

Sabrina Helm und ihre Kolleginnen von der Universität von Arizona unterscheiden zwischen individuellen („egoistic“), sozialen („altruistic“) und ökologischen („biospheric“) *umweltbezogenen Sorgen* (Helm, Pollitt, Barnett, Curran & Craig, 2018). Diese Sorgen und die damit verbundenen emotionalen Reaktionen können sich sowohl auf akute als auch auf kognitiv vermittelte bzw. antizipierte Ereignisse beziehen (siehe Abbildung 1). Diese Form der multiplen akuten und vermittelten sowie antizipierten Bedrohtheit, die wir kurz als Klimastress<sup>1</sup> bezeichnen, erfordert eine individuelle und kollektive Bewältigungsreaktion. Das *Resilienzkonzept* als ein bewährtes Verständnis von Krisenbewältigung kann dabei helfen, dass es Menschen besser und nachhaltig gelingt, auf die Klimakrise zu reagieren. Hierbei stellt sich die Frage, wie Menschen, Institutionen und ganze Gesellschaften unterstützt werden können, angesichts existenzieller Herausforderungen nicht auf maladaptive bzw. dysfunktionale Strategien auszuweichen (Verdrängung, Verleugnung, Wirksamkeitssimulationen, Bagatellisierung ... – also Strategien der *Untätigkeit*) oder gar *handlungsunfähig* zu werden, sondern im Gegenteil wirksam *handlungsfähig* zu bleiben oder zu werden und so die Krise mit einzudämmen und zur Lösung beizutragen.

1 Mit dem Begriff „Klimastress“ wollen wir eine zu enge Betrachtung möglicher psychosozialer Konsequenzen der Klimakrise vermeiden, wie es beispielsweise unter dem Schlagwort der „Klimaangst“ zu befürchten ist. Allein die Bandbreite an möglichen emotionalen Reaktionen ist groß (Pihkala, 2020a/b), ebenso wie die Palette an psychischer, physischer (Günster et al., 2021), sozialer und materieller Verletzlichkeit.

KLIMASTRESS	akut	vermittelt / antizipiert
individuell	<ul style="list-style-type: none"> <li>• physische &amp; psychische Gesundheit (z. B. Hitzestress)</li> <li>• Lebensstil (z. B. Vertreibung)</li> <li>• Eigentum (z. B. Überflutung)</li> <li>• Selbstwert (z. B. Jobverlust)</li> <li>• ...</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• zukünftige Gesundheit</li> <li>• zukünftiger Lebensstil (z. B. „Transformationsdruck“)</li> <li>• Selbstwert (Schuldgefühle)</li> <li>• Eigentum (z. B. Flutgefahr)</li> <li>• ...</li> </ul>
sozial	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verlust von Angehörigen und sozialen Netzwerken</li> <li>• familiäre Konflikte (z. B. infolge materieller Not)</li> <li>• Entwicklungsrisiken</li> <li>• ...</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• „meine Kinder“</li> <li>• „mein Freundeskreis“</li> <li>• betroffene Menschen in anderen Ländern</li> <li>• zukünftige Generationen</li> <li>• ...</li> </ul>
ökologisch	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Miterleben von Naturzerstörung</li> <li>• Wahrnehmung von Veränderungen des ökologischen Lebensraumes</li> <li>• ...</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sorge um drohende Naturzerstörung, Veränderung der Umwelt</li> <li>• Sorge um Tiere und Pflanzen</li> <li>• ...</li> </ul>

**Abbildung 1.** Verschiedene Formen psychosozialer Bedrohung durch die Klimakrise. Die Bedrohung kann sowohl durch akute Ereignisse als auch durch eine kognitive Vermittlung oder Vorwegnahme empfunden werden und sich, einer Einordnung von Helm et al. (2018) folgend, auf individuelle, soziale oder ökologische Werte beziehen.

### 2.3.2 Ein erweitertes Resilienzkonzept im Kontext der Klimakrise

Die Definition von Resilienz hat sich disziplinübergreifend und im Laufe der Zeit weiterentwickelt. Der Ursprung des Begriffs wird entweder der Physik (Bodin & Wiman, 2006) oder der Psychologie (Waller, 2001; Manyena, 2006) zugeschrieben. Wink (2016) gibt einen ausführlichen Überblick über den Standpunkt verschiedener Disziplinen zum Thema. Angesichts der vielfältigen Verwendung des Begriffs ist es nicht überraschend, auch mehrere Variationen seiner Definition zu finden.

In der Psychologie schlägt Masten (1990) beispielsweise eine Definition vor, die Resilienz als *Prozess, Kapazität oder Ergebnis* beschreibt, sich im Falle einer Herausforderung erfolgreich *anzupassen*. Kalisch et al. (2017) unterscheiden zudem stabile *resilienzfördernde* Eigenschaften und Prädispositionen von dynamischeren *Resilienzmechanismen*, die nicht nur von stabilen intraindividuellen Merkmalen abhängen, sondern sich auch in der komplexen Interaktion zwischen Individuum und (belastendem) Kontext entfalten. Holling (1973) definiert Resilienz als *Persistenz eines gesamten Systems*, Störungen zu absorbieren und die Funktionsfähigkeit zu erhalten. Diese Definition ist aufgrund ihrer überindividuellen Ausrichtung vor allem für die sozial-ökologische Forschung relevant.

Die unterschiedlichen Definitionen zeigen, dass die Forschung zu Resilienz in den jeweiligen Fachdisziplinen unterschiedlich motiviert ist. In der Psychologie wird der Begriff oft dazu verwendet, Psychopathologien zu erklären und Therapiemöglichkeiten für Traumata zu finden (Kim-Cohen, 2007) oder am

Arbeitsplatz gesund zu bleiben und den Umgang mit Stress zu verbessern sowie die Arbeitsleistung zu steigern<sup>2</sup> (Foster, Cuzzillo & Furness, 2018). In der Systemforschung ist das Ziel eines resilienten Systems oft die Wiederherstellung der Funktionsfähigkeit, wobei hier häufig die technische Funktionsfähigkeit gemeint ist (Vanderhaegen, 2017). In den Sozialwissenschaften dient das Konzept zunehmend dazu, zu ermitteln, wie menschliche Gesellschaften, Gemeinschaften und Organisationen auf wirtschaftliche oder ökologische Krisen reagieren (Magis, 2010).

Auch die Wege, wie Resilienz erlangt werden kann, unterscheiden sich maßgeblich innerhalb der Fachdisziplinen. Hartmann, Weiss, Newman und Hoegl (2020) stellen etwa zwanzig verschiedene Eigenschaften oder Verhaltensweisen vor, die zu Resilienz führen können, wobei sie sich in ihrem Einfluss unterscheiden. Schumacher, Leppert, Gunzelmann, Strauß und Brähler (2013) konnten Selbstwirksamkeit und Akzeptanz als latente Faktoren ausfindig machen. Soucek, Pauls, Ziegler und Schlett (2016) kommen im Kontext der Arbeitspsychologie auf vier Faktoren (emotionale Bewältigungsfähigkeit, positive Umdeutung, fokussierte Umsetzung und umfassende Planung). Fröhlich-Gildhoff und Rönnau-Böse (2015) identifizierten im pädagogischen Kontext sechs Resilienzfaktoren (Selbstwahrnehmung, Selbstwirksamkeit, Selbstregulation, soziale Kompetenzen, Problemlösefähigkeiten und Stressbewältigung).

Eine vollständige Liste der Faktoren, die Resilienz fördern können (aber nicht müssen), ist weder verfügbar noch möglich. Dies mag vor allem an der Komplexität des Konstruktes liegen und unter anderem auch daran, dass sich Resilienz erst aus der Interaktion verschiedener Resilienzfaktoren entwickelt (Chen, Bagrodia, Pfeffer, Meli & Bonanno, 2021). Um das Konzept dennoch nutzbar zu machen, ist es sinnvoll, die verschiedenen Wirkungsebenen zu extrahieren. Dabei ist grundsätzlich zwischen *individueller* und *kollektiver Resilienz* zu unterscheiden. Während bei der individuellen Resilienz vor allem die Gesundheit und das Überleben einzelner Personen im Fokus stehen, wirkt die kollektive Resilienz auf Gruppen, Organisationen sowie ganze Regionen oder Gesellschaften. Diese Unterscheidung wird in der Forschung bereits vielfach getroffen.

Auch die Ziele oder Ergebnisse, zu denen Resilienz führen kann, unterscheiden sich. Das liegt daran, dass das Bewältigen einer Krise (als Ergebnis der Resilienz) auf verschiedenen Wegen erreicht werden kann. Vielfach wird hier der Begriff der *Adaptation* oder Anpassung an bestehende Verhältnisse als Strategie betrachtet, um Resilienz zu erreichen (z. B. durch Methoden der individuellen Stressbewältigung). Dies ist in den meisten Beiträgen der Fall, die sich auf den Erhalt des Status quo konzentrieren und Resilienz eher als Robustheit verstehen (Abeling, Daschkeit, Mahrenholz & Schauser, 2018). Im Kontext epochaler Herausforderungen wie der Klimakrise stellt der Weg der Anpassung jedoch nur eine Facette dar, die zu Resilienz beiträgt. Und sie reicht gar nicht aus, denn manche Gebiete oder auch Individuen sind schon jetzt zu stark betroffen. Wenn die Klimaveränderungen mit dem Erreichen von physikalischen Kipp-

2 Der Resilienzbegriff ist gerade hinsichtlich dieser Auslegung nicht unumstritten. So wird eine Vereinnahmung des Konzeptes durch eine neoliberale Ratgeberliteratur kritisiert, deren Anwendung auf Selbstoptimierung hinausläuft, während die krisenhaften Verhältnisse weitgehend unangetastet bleiben. Dies lenkt die Verantwortung zudem überwiegend auf die Individuen, was gerade für viele Betroffene sowie Menschen mit weniger Ressourcen eine Überforderung darstellen kann.

punkten zu stark werden, könnte dies die individuelle und systemische Anpassungskapazität übersteigen (Kates, Travis & Wilbanks, 2021).

„Schocks jenseits der Tipping Points lassen auch resiliente komplexe Systeme unweigerlich kollabieren“, schreibt der Komplexitätsforscher Stefan Thurner vom Complexity Science Hub Vienna (2020, S. 79). Das heißt vor dem Hintergrund des Ausmaßes der Klimakrise, dass sich nur diejenigen (Gesellschaften und ihre Institutionen und Mitglieder) nachhaltig als resilient erweisen würden, die das Erreichen bestimmter kritischer Punkte (ökologisch, sozial, ökonomisch) erfolgreich verhindern können. Dies bedeutet jedoch, den Status quo selbst infrage zu stellen und auf eine Veränderung des gesamten Systems inklusive der bestehenden Verhältnisse hinzustreben. Im Kontext der Klimakrise sollten deshalb vor allem Resilienzstrategien identifiziert werden, die sich nicht allein auf eine eher kurzfristig wirksame Adaptation, sondern insbesondere auf eine langfristige Wirkung entfaltende *Transformation* des Status quo konzentrieren.

### 2.3.3 Adaptation oder Transformation?

Die nationalen Wissenschaftsakademien der G7 fordern ihre Nationen dazu auf, beide Zielstellungen – Adaptation und Transformation – nachdrücklich anzugehen (Science 7, 2021). Doch worin genau besteht der Unterschied zwischen Transformation und Adaption?

Der Begriff *Transformation* ist eng mit jenem der *Innovation* verknüpft. Der wesentliche Unterschied besteht darin, dass eine Innovation meist einen inhaltlich, lokal oder zeitlich klar abgegrenzten Rahmen hat. Die Transformation ist hingegen ein grenzüberschreitender und oft unklar umrissener Prozess, der durchlaufen wird und an dessen Ende eine neue Ordnung steht, an der – in der Regel – eine Vielzahl von Innovationen beteiligt sind. Ein Beispiel hierfür ist die Mobilitätswende, die aktuell in der öffentlichen Diskussion wahrgenommen wird als eine Transformation von Gesellschaft, Wirtschaft und Politik. Ermöglicht wird diese potenzielle Transformation vor allem durch neue soziale, wirtschaftliche oder politische Innovationen, wie etwa die Elektromobilität oder geteilte Mobilitätsdienstleistungen.

Im Unterschied dazu steht die reine Adaptation an gegebene Umstände oder auch Krisen. Im Falle der Mobilität würde die Adaptation an die Klimakrise darin bestehen, auf einzelne Ereignisse nicht präventiv, sondern vor allem akut zu reagieren, um den Schaden zu begrenzen, etwa durch die Einführung von Fahrverboten an Tagen mit besonders hohen Schadstoffemissionen in der Innenstadt, die kurzfristig die Luft in der Stadt verbessern können, aber weder innovativ sind noch eine Veränderung eines Systems bewirken. Auch der Umgang mit Starkregenereignissen, wie etwa der Flutkatastrophe 2021 in Deutschland, zeigt unterschiedliche Ansätze: Eine Adaptation wäre hier eine akute Reaktion in Form von baulicher Nachrüstung. Eine Transformation würde bedeuten, mit Bürger\*innenbeteiligung neue, nachhaltige Formen der menschlichen Nutzung der betroffenen Gebiete zu evaluieren und darüber eine langfristige Entwicklung von Verhältnissen anzustreben.

Es ist besonders relevant, das Konzept der Resilienz vor dem Hintergrund dieser Unterschiede zu verstehen: Um zu überleben bzw. gesund zu bleiben, kann es kurzfristig helfen, adaptiv zu reagieren. Eine Transformation, also die Veränderung bestehender Verhältnisse, um einer Krise ursächlich auf den Grund

zu gehen, führt demgegenüber zu einer erfolgreichen langfristigen Bewältigung der Krise und damit überhaupt erst zu eigentlicher Resilienz. Der transformationale Aufwand scheint zunächst zwar größer, verspricht jedoch gleichzeitig eine langfristig positivere Wirkung.

Ein wichtiges Beispiel ist die Berücksichtigung sozialer Ungerechtigkeiten, die durch neue Innovationen entstehen können. Nur wenn die Innovationen dazu führen, dass breite Teile der Bevölkerung gleichermaßen daran teilhaben können, ist auch eine Veränderung von Routinen oder Normen und somit ein erster Schritt zur Transformation einer ganzen Gesellschaft abzusehen. Dies kann zum Beispiel aktuelle Reformbestrebungen im Bereich energieeffizienten Bauens betreffen. Das tangiert viele Bevölkerungsgruppen und hat große Effekte auf die Nutzung fossiler Ressourcen. Im Falle neuer gesetzlicher Baustandards würde eine angemessene Berücksichtigung aller Bevölkerungsgruppen bedeuten, dass die Anreize überhaupt für alle gesellschaftlichen Gruppen relevant sind, insbesondere auch die einkommensschwächeren, und es gleichzeitig keine „Schlupflöcher“ für einkommensstarke Haushalte gibt.

Um von einer rein technisch-ökonomisch orientierten Vorstellung einer Transformation hin zu einer ganzheitlicheren *sozial-ökologischen Transformation* zu gelangen, ist es notwendig, die Resilienzstrategien auf der Verhaltensebene näher zu betrachten und sie bei der Einführung neuer Innovationen zu berücksichtigen. Hilfreich kann dabei zum Beispiel das Konzept des *ökologischen Handabdrucks* sein (Reif & Heitfeld, 2015). Während viele öffentlich diskutierte Maßnahmen oft noch darauf ausgelegt sind, den individuellen „ökologischen Fußabdruck“ zu reduzieren (z. B. durch verbesserte Technologien oder ökologischere Produkte), werden mit dem ökologischen Handabdruck eher transformationale gesellschaftliche Veränderungen über *gemeinsames Handeln* verfolgt.

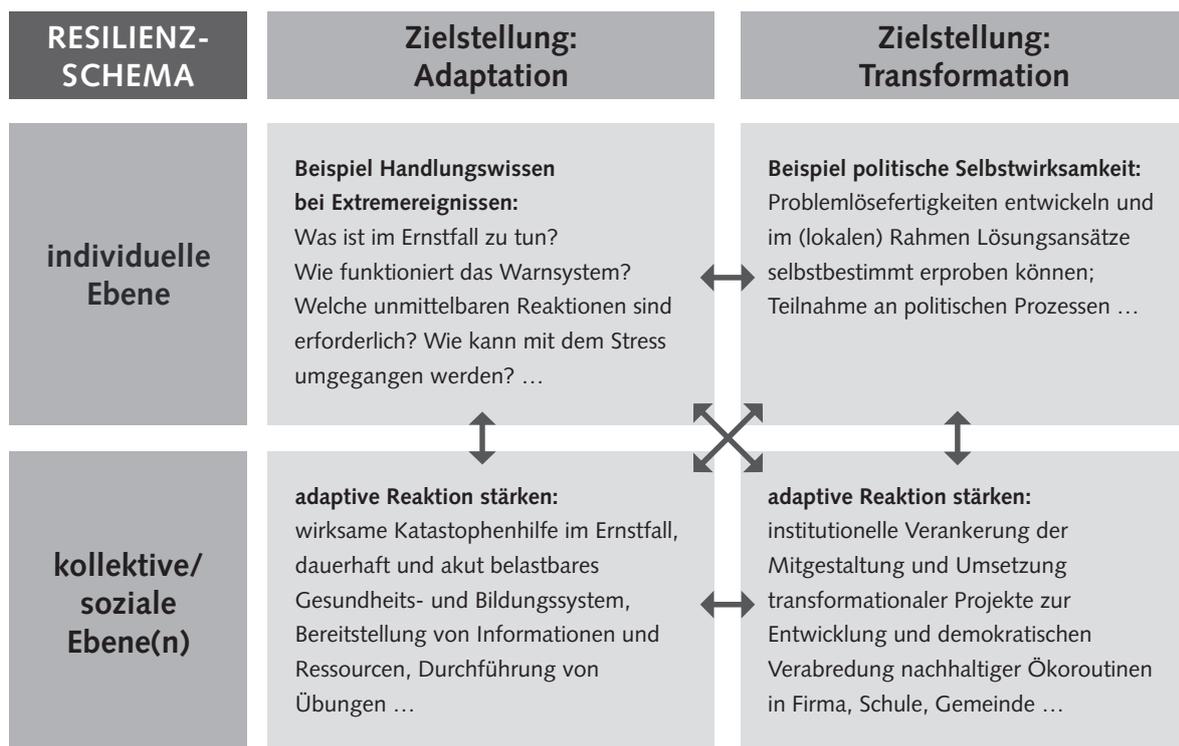
#### **2.3.4 Vier-Felder-Schema zur Klimaresilienz**

Um auf allen Ebenen – über Individuen, Institutionen, Gemeinden, Nationen und Staatenbünde hinweg – Resilienz zu erreichen, ist es notwendig, die verschiedenen Strategien hinsichtlich ihrer Zielstellungen einzuteilen. Wir schlagen deshalb ein praxisorientiertes Schema vor, das die hier vorgestellten Grundbedingungen für den Aufbau von Resilienz in der Klimakrise beinhaltet und die Einordnung verschiedener Innovationen in ihrer Wirkung auf die Resilienz erleichtert.

Wir unterscheiden in diesem Schema die individuelle und die kollektive bzw. soziale Ebene sowie die beiden Ziele der (kurzfristigeren) Adaptation und der (langfristigeren) Transformation. Über diese beiden Achsen (Mehrebenenperspektive und doppelte Zielstellung) ergeben sich vier Handlungsfelder, in denen Innovationen erforderlich sind (siehe Abbildung 2):

- *Adaptiv-individuelles Handlungsfeld*: Anstrengungen in diesem Bereich fördern die individuelle Kapazität, die Konsequenzen der Klimakrise bewältigen zu können. Sie bereiten damit auch die Grundlage dafür, dass Individuen besser in der Lage sind, Transformationsprozesse mit einzuleiten und sie mitzugestalten. Menschen, die hingegen mit den bereits eingetretenen Veränderungen (ökologisch, ökonomisch oder sozial) weniger oder gar nicht zurechtkommen, werden weniger Kapazitäten für die Zielstellung der Transformation haben.

- *Transformational-individuelles Handlungsfeld*: Anstrengungen in diesem Bereich fördern direkt die individuelle Kapazität, an transformationalen Prozessen teilzuhaben (sowohl initiiierend als auch begleitend) sowie diese Prozesse und ihre Konsequenzen bewältigen zu können. Gesellschaftliche Transformation erfordert immer auch initiatives individuelles Handeln, das über dieses Feld unterstützt werden kann. Vor allem in diesem Handlungsfeld geht es letztlich auch darum, das Individuum wieder stärker als politisches Subjekt zu betrachten, wie es Wullenkord und Hamann (2021) in einer Denkschrift fordern.
- *Adaptiv-kollektives Handlungsfeld*: Anstrengungen in diesem Bereich fördern die Kapazität von Gruppen, Institutionen, Gemeinden oder ganzen Gesellschaften, erforderliche Anpassungen an die Konsequenzen der Klimakrise vorzunehmen und dabei handlungsfähig zu bleiben. Zudem liegt hierin auch ein wesentlicher Faktor zum Schutz der Bevölkerung und damit der einzelnen Individuen (z. B. über eine wirksame Gesundheitsversorgung oder über ein auch in der Krise funktionsfähiges Bildungswesen; Sachverständigenrat zur Begutachtung der Entwicklung im Gesundheitswesen, 2023).



**Abbildung 2.** Vier-Felder-Schema zur Entwicklung von Klimaresilienz (Copyright: Psychologists for Future; Lizenz: CC BY-SA). Das Schema ist als praxisorientiertes Hilfsmodell zur Entwicklung und Gestaltung resilienter sozialer Infrastrukturen und zur Resilienzförderung durch solche Infrastrukturen konzipiert. Für jedes der Felder können Innovationen entwickelt werden, wie beispielsweise Ansätze zur Stärkung psychosozialer Resilienzmechanismen. Die einzelnen Felder sind eng miteinander verbunden und sollten immer in Bezug zueinander gesetzt werden.

- *Transformational-kollektives Handlungsfeld*: Anstrengungen in diesem Bereich zielen darauf, dass Gruppen, Institutionen, Gemeinden und letztlich ganze Gesellschaften sich derart entwickeln und solche Prozesse gestalten, dass in der längerfristigen Perspektive Bedrohungen abgewendet werden können, die eine reine Adaptationsstrategie auf Dauer überfordern würden. In demokratischen Gesellschaften geht es hierbei letztlich auch darum, gemeinsam eine Veränderung der bestehenden Verhältnisse zu verabreden und durchzuführen, die unsere jetzt noch überwiegend klima- und umweltschädlichen Gewohnheiten zu nachhaltigen „Ökoroutinen“ (Kopatz, 2016) wandeln.

### 2.3.5 Anwendungsbeispiel Arbeitsplatz

Ein Beispiel für die Anwendung dieses Schemas stellt der Umgang mit Hitzeperioden in der Arbeitswelt dar, die eine konkrete Gefahr für die körperliche Gesundheit darstellen. Im *adaptiv-individuellen* Handlungsfeld gilt es, das verfügbare Wissen über Gesundheitsrisiken und mögliche Vorsorge allen Beschäftigten zugänglich zu machen, zum Beispiel Stoßlüften am Morgen, erhöhte Trinkmenge, leichtes Essen oder den Umgang mit Kreislaufbeschwerden und individuellen Risikofaktoren.

Im *adaptiv-kollektiven* Handlungsfeld wird in eine Arbeits- und Infrastruktur investiert, welche die Gefahrenabwendung standardisiert. Das gesundheitsrelevante Wissen wird bei einer vorhergesagten Hitzeperiode allen Beschäftigten durch entsprechende Informationen zur Verfügung gestellt. Außerdem werden Arbeitszeiten außerhalb der sonst üblichen Kernzeiten ermöglicht. Bedarfsentsprechend werden Ventilatoren, wenn notwendig Klimaanlage (hierbei zeigt sich ein Kernunterschied zu nachhaltiger Transformation) und Getränke bereitgestellt. Gesundheitsbezogene und arbeitsrechtlich fundierte Entscheidungsmöglichkeiten werden festgelegt.

Im *transformativ-individuellen* Handlungsfeld wäre ein Ziel, Beschäftigte bezogen auf die klimabezogenen Veränderungen der Arbeitswelt zu beteiligen und dafür Wissen bereitzustellen. Welche Veränderungen im Betriebsablauf würden nicht nur akute Abhilfe bei Hitze leisten, sondern auch einen Beitrag zur Nachhaltigkeit darstellen? Welche Beiträge und Ideen können einzelne Mitarbeitende dazu leisten? Über ein entsprechendes Vorschlagswesen könnte ein Wettbewerb der guten Ideen gefördert werden, um zu entscheiden, wie beispielsweise Freiflächen auf dem Betriebsgelände nachhaltig genutzt werden oder im gesamten Betrieb die Weichen auf Klimaneutralität gestellt werden können.

Idealerweise würden im *transformativ-kollektiven* Handlungsfeld Ideen aufgegriffen, jedoch darüber hinaus auch Strukturen geschaffen, die eine Mitwirkung an klima- und damit auch gesellschaftlich relevanten Herausforderungen zu einer selbstverständlichen Aufgabe eines jeden Betriebes und aller Mitarbeitenden dort machen. Statt eines vom übrigen Lebensraum abgekoppelten betrieblichen Gesundheitsmanagements gibt es ein weiter gefasstes Konzept der *planetaren Gesundheit*. Ein Teil der Arbeitszeit ist klima- und gemeinschaftsbezogenen Fragen und Aufgaben zu widmen, die durch das Unternehmen und seine Beschäftigten gemeistert werden können. Dies bezieht Veränderungen diverser Infrastrukturen ein (Mobilität, Gebäudesanierung/-nutzung, Materialnutzung, Ernährungsangebote), außerdem auch soziale und kommunikative Strukturen zur Stärkung einer kollegialen Gemeinschaft (Partizipation

an relevanten Entscheidungsprozessen, lokale Gemeinschaftsprojekte je nach Betrieb im Bereich Technik, Soziales, Umwelt). Nachhaltiges, soziales, verantwortungsvolles Handeln und Denken wird eine Selbstverständlichkeit der Unternehmenskultur.

### 2.3.6 Resilienz ganzheitlich denken

Dieses *ganzheitliche Verständnis* von Resilienz bildet die Notwendigkeit von Anstrengungen sowohl auf der individuellen und den kleineren kollektiven Ebenen (politische Gruppen, Betriebe, Behörden etc.) als auch auf den größeren gesellschaftlichen Ebenen ab. Lediglich auf eigentlich dringend erforderliche politische Entscheidungen zu hoffen, wird sich – ausgehend von den Erfahrungen der letzten vier Jahrzehnte – als ebenso wenig nachhaltig resilient erweisen, wie politisch allein auf Veränderungen im individuellen Konsumverhalten zu setzen.

Klimaresiliente Individuen setzen bestenfalls neue, umweltfreundliche Normen und begünstigen deren Verbreitung bis hinein in die politische Sphäre. Sie setzen sich politisch für klima- und umweltfreundliche Standards und Routinen auf allen staatlichen Ebenen ein. Klimaresiliente Institutionen bereiten sich langfristig auf die bevorstehenden Umwelt- und Klimaveränderungen vor und unterstützen die Bevölkerung beim Umgang mit den Auswirkungen sowie bei der Initiierung von und der Teilnahme an Transformationsprozessen. Und ein klimaresilienter Staat macht die Umsetzung adaptiver und transformationaler Zielstellungen zu seinen Kernaufgaben.

---

## Literatur

- Abeling, T., Daschkeit, A., Mahrenholz, P. & Schauser, I. (2018).** Resilience – a useful approach for climate adaptation? In A. Fekete & F. Fiedrich (eds.), *Urban disaster resilience and security. The urban book series*. Cham: Springer. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-68606-6\\_26](https://doi.org/10.1007/978-3-319-68606-6_26)
- Bodin, P. & Wiman, P. (2004).** Resilience and other stability concepts in ecology. Notes on their origin, validity and usefulness. *ESSN bulletin*, 2(2), 33–43.
- Chen, S., Bagrodia, R., Pfeffer, C. C., Meli, L. & Bonanno, G. A. (2020).** Anxiety and resilience in the face of natural disasters associated with climate change: A review and methodological critique. *Journal of Anxiety Disorders*, 76, 102297. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2020.102297>
- Foster, K., Cuzzillo, C. & Furness, T. (2018).** Strengthening mental health nurses' resilience through a workplace resilience programme. A qualitative inquiry. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 25(5-6), 338–348. <https://doi.org/10.1111/jpm.12467>
- Fröhlich-Gildhoff, K. & Rönnau-Böse, M. (2015).** *Resilienz*. München: utb/Reinhardt.
- Günster, C., Klauber, J., Robra, B.-P., Schmuker, C. & Schneider, A. (2021).** *Versorgungs-Report: Klima und Gesundheit*. Berlin: Medizinisch Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft.
- Hartmann, S., Weiss, M., Newman, A. & Hoegl, M. (2020).** Resilience in the workplace. A multilevel review and synthesis. *Applied Psychology*, 69(3), 913–959. <https://doi.org/10.1111/apps.12191>

- Helm, S. V., Pollitt, A., Barnett, M. A., Curran, M. A. & Craig, Z. R. (2018).** Differentiating environmental concern in the context of psychological adaptation to climate change. *Global Environmental Change*, 48, 158–167. <https://doi.org/10.1016/j.gloenvcha.2017.11.012>
- Holling, C. P. (1973).** Resilience and stability of ecological systems. *Annual Review of Ecology and Systematics*, 4(1), 1–23.
- Kalisch, R., Baker, D. G., Basten, U., Boks, M. P., Bonanno, G. A., Brummelman, E. et al. (2017).** The resilience framework as a strategy to combat stress-related disorders. *Nature Human Behaviour*, 1(11), 784–790. <https://doi.org/10.1038/s41562-017-0200-8>
- Kates, R. W., Travis, W. R. & Wilbanks, T. J. (2012).** Transformational adaptation when incremental adaptations to climate change are insufficient. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 109(19), 7156–7161. <https://doi.org/10.1073/pnas.1115521109>
- Kim-Cohen, J. (2007).** Resilience and developmental psychopathology. *Child and adolescent psychiatric clinics of North America*, 16(2), 271–283. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-081219-120307>
- Kopatz, M. (2016).** *Ökoroutine: Damit wir tun, was wir für richtig halten*. München: Oekom.
- Magis, K. (2010).** Community resilience. An indicator of social sustainability. *Society & Natural Resources*, 23(5), 401–416. <https://doi.org/10.1080/08941920903305674>
- Manyena, S. B. (2006).** *The concept of resilience revisited*. *Disasters*, 30(4), 433–450. <https://doi.org/10.1111/j.0361-3666.2006.00331.x>
- Pihkala, P. (2020a).** Anxiety and the ecological crisis: An analysis of eco-anxiety and climate anxiety. *Sustainability*, 12(19), 7836. <https://doi.org/10.3390/su12197836>
- Pihkala, P. (2020b).** Eco-anxiety and environmental education. *Sustainability*, 12(23), 10149. <https://doi.org/10.3390/su122310149>
- Reif, A. & Heitfeld, M. (2015).** *Wandel mit Hand und Fuß. Mit dem Germanwatch Hand Print den Wandel politisch wirksam gestalten*. Germanwatch e. V. Verfügbar unter: <https://www.germanwatch.org/sites/default/files/publication/15335.pdf>
- Sachverständigenrat zur Begutachtung der Entwicklung im Gesundheitswesen (2023).** *Resilienz im Gesundheitswesen. Wege zur Bewältigung künftiger Krisen. Gutachten 2023*. Sachverständigenrat zur Begutachtung der Entwicklung im Gesundheitswesen. Verfügbar unter: [https://www.svr-gesundheit.de/fileadmin/Gutachten/Gutachten\\_2023/Gesamtgutachten\\_ePDF\\_Final.pdf](https://www.svr-gesundheit.de/fileadmin/Gutachten/Gutachten_2023/Gesamtgutachten_ePDF_Final.pdf)
- Schumacher, J., Leppert, K., Gunzelmann, T., Strauß, B. & Brähler, E. (2005).** Die Resilienzskala – ein Fragebogen zur Erfassung der psychischen Widerstandsfähigkeit als Personmerkmal. *Zeitschrift für Klinische Psychiatrie und Psychotherapie*, 53(1), 16–39.
- Science 7 (2021).** *A net zero climate-resilient future – science, technology and the solutions for change*. Science Academies of the Group of Seven (G7) nations. Retrieved from <https://www.assaf.org.za/files/2021/G7-net-zero-climate-resilient-future-31-03-2021.pdf>
- Soucek, R., Pauls, N., Ziegler, M. & Schlett, C. (2015).** Entwicklung eines Fragebogens zur Erfassung resilienten Verhaltens bei der Arbeit. *Wirtschaftspsychologie*, 17, 13–22.
- Thurner, S. (2020).** *Die Zerbrechlichkeit der Welt. Kollaps oder Wende. Wir haben es in der Hand*. Wien: Edition a.

- Vanderhaegen, F. (2017).** Towards increased systems resilience. New challenges based on dissonance control for human reliability in cyber-physical & human systems. *Annual Reviews in Control*, 44, 316–322. <https://doi.org/10.1016/j.arcontrol.2017.09.008>
- van Susteren, L. & Al-Delaimy, W. K. (2020).** Psychological impacts of climate change and recommendations. In W. K. Al-Delaimy, V. Ramanathan & M. Sánchez Sorondo (Eds.), *Health of people, health of planet and our responsibility: Climate change, air pollution and health* (pp. 177–192). Cham: Springer International Publishing.
- Waller, M. A. (2001).** Resilience in ecosystemic context. Evolution of the concept. *American Journal of Orthopsychiatry*, 71(3), 290–297. <https://doi.org/10.1037/0002-9432.71.3.290>
- Wink, R. (Hrsg.; 2016).** *Multidisziplinäre Perspektiven der Resilienzforschung*. Wiesbaden: Springer.
- Wullenkord, M. C. & Hamann, K. R. S. (2021).** We need to change: Integrating psychological perspectives into the multilevel perspective on socio-ecological transformations. *Frontiers in Psychology*, 12, 655352. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.655352>

---

## 3. BERUFSFELD KLIMA UND PSYCHOLOGIE

*Christoph Hausmann, Katharina van Bronswijk und Myriam Bechtoldt*

### 3.1 KLIMA-ANGST – MUSS MAN DAS THERAPIEREN?

Am 25. Januar 2019 sprach Greta Thunberg ihren berühmten Satz vor den Teilnehmer\*innen des Weltwirtschaftsforums in Davos. Es handelt sich um ein gängiges Missverständnis, dass sie damit die Allgemeinbevölkerung gemeint habe: Ihre Worte richteten sich eindeutig an die wohlhabendsten und mächtigsten 1 % der Bevölkerung, welche nach Oxfam-Berichten (2020) allein für 15 % der Treibhausgasemissionen verantwortlich sind – und also am stärksten zur Klimakrise beitragen und gleichzeitig am wenigsten Anlass zur Angst haben, weil sie über die Mittel verfügen, sie a) zu modulieren und b) sich persönlich zu schützen. Das Problem der sogenannten Klima-Angst ließe sich darauf reduzieren, dass diejenigen, welche die Krise verursachen, sie nicht am eigenen Leib zu spüren bekommen werden. Deshalb forderte Greta Thunberg in Davos mehr Empathie und nahm hiermit eine für uns maßgebliche Haltung ein, nämlich dass Angst (und Schuldgefühle) handlungsfördernd, falsche Hoffnung sogar handlungslähmend wirken können: „The bigger your carbon footprint is, the bigger your moral duty. [...] I don't want your hope. I want you to panic. [...] And then I want you to act as you would in a crisis.“ („Je größer Ihr fossiler Fußabdruck ist, desto größer ist Ihre moralische Verantwortung [...] Ich will nicht Ihre Hoffnung, ich will, dass Sie Angst haben. [...] Und dann will ich, dass Sie handeln, wie Sie es in einer Krise tun würden.“)

Wir als Psychologists for Future beobachten eine interessante Diskrepanz: Während Medien uns am häufigsten zu sogenannter „Klima-Angst“ befragen wollen, beziehen sich nur etwa 10 % der Anfragen nach kostenfreien Beratungsgesprächen auf Ängste. Der weitaus größere Teil, etwa ein Drittel der bei uns eingehenden Beratungsanfragen, bezieht sich auf Stress, das Gefühl der Überforderung oder – positiv formuliert – auf „nachhaltigen Aktivismus“. Es gehen auch doppelt so viele Anfragen zum Themenkomplex Trauer, Niedergeschlagenheit, der sogenannten „Solastalgie“, und Ohnmachtsgefühlen oder Depression ein wie zu Angst (20 % vs. 10 %; interne Statistik, Hausmann & „Caro“, 2022). Unsere Einschätzung ist, dass der Begriff der „Klima-Angst“ in der Öffentlichkeit oft als verkürzter Sammelbegriff für alle sogenannten „eco-emotions“ verwendet wird.

#### 3.1.1 Was genau ist Angst?

Einer der berühmtesten Angstpatienten der psychologischen Fachliteratur ist der elf Monate alte kleine Albert mit seiner Furcht vor weißen Ratten. Erworben hatte er sie durch John Watson und Rosalie Rayner (1920), die ihn beim Anblick einer weißen Ratte mit einem sehr unangenehmen lauten

Geräusch buchstäblich in Angst und Schrecken versetzten. Nach einigen Lerndurchgängen löste allein der Anblick einer weißen Ratte Alarm und Fluchtendenzen bei Albert aus. Und ohne weiteres Zutun der Forscher\*innen generalisierte Alberts Furcht in der Folge auf andere Fellobjekte, inklusive anderer Tiere, Pelzmäntel oder den weißen Rauschebart des Weihnachtsmanns.

Furcht, wie sie bei Albert auch noch 30 Tage nach Abschluss des Experiments zu beobachten war, stellt eine normale Reaktion auf eine unmittelbare Bedrohung dar; sie mobilisiert zu Fluchtverhalten, um einer gegenwärtigen Gefahr zu entkommen. Beide Merkmale – das Wahrnehmen einer unmittelbaren Bedrohung und der Fluchtimpuls – unterscheiden Furcht von Angst. Angst ist ein aversiv empfundener Zustand, der stärker auf zukünftige Gefahren ausgerichtet und weniger an konkrete Auslöser gebunden ist als Furcht. Im Gegensatz zu Furcht löst Angst eher Annäherungsverhalten an die Gefahrenquelle aus, beispielsweise erhöhte Lernanstrengungen bei Prüfungsangst (LaBar, 2016).

Furcht kann zur Angst werden, wenn Bewältigungsversuche scheitern, aber Furcht ist keine Voraussetzung für das Entstehen von Angst. Aufrechterhalten wird Angst, stärker als Furcht, durch kognitive Prozesse wie Rumination, Projektion und Imagination (LaBar, 2016). Deshalb sind kognitive Strategien wie Perspektivenwechsel und Umstrukturieren wirksame Maßnahmen der Angstbewältigung.

Im subjektiven Erleben sind die Grenzen zwischen Furcht und Angst fließend, denn beide entstehen im Kontext wahrgenommener Bedrohung, und beiden kommt eine protektive Funktion zu, führen sie doch zu erhöhter Aufmerksamkeit, Vorsicht und Verhaltensanstrengungen, die das Überleben sichern. Behandlungsbedürftig werden sie nur dann, wenn sie überdauernd und signifikant die Lebensqualität mindern und das Erfüllen gesellschaftlicher Rollen und Verhaltensanforderungen im Alltag erschweren. Auf der körperlichen Ebene können chronifizierte Angstzustände langfristig zu gesundheitlichen Beeinträchtigungen führen (LaBar, 2016). Dass die Prognosen über die Entwicklung des globalen Klimas, die Zerstörung von Ressourcen und den Biodiversitätsverlusts zukunftsbezogene Angst auslösen, ist somit eine gesunde Reaktion auf eine reale Bedrohung, die nicht therapeutisch nivelliert werden sollte. Vielmehr gilt es, die mobilisierende Wirkung von Angst in Verhalten zu übersetzen, das zur Minderung der realen Gefahr beiträgt.

„Muss man das therapieren?“, so lautet die Überschrift dieses Artikels, und so werden wir auch immer gerne in den oben bereits angesprochenen Interviews gefragt. Die Antwort könnte in aller Kürze Nein lauten. Emotionen sind grundsätzlich nicht primär pathologisch; ob sie pathogen werden, ist eine Frage a) des subjektiv erlebten Leidens, b) der Funktionseinschränkung und c) allgemein der Angemessenheit. So ist Angst vor Spinnen in Deutschland unangemessen, da Spinnen hier ungefährlich sind. Kann aufgrund dieser Angst ein Raum nicht betreten werden, sprechen wir von einer Funktionseinschränkung, die mutmaßlich mit subjektivem Leiden einhergeht.

Wie aber sollte die angemessene emotionale Reaktion auf eine globale Krise ausfallen, welche nicht nur die Menschheit, sondern auch alles nicht menschliche Leben auszurotten droht? Eine Krise, die

an den Grundlagen unserer Zivilisation rüttelt und darüber hinaus eine globale Gerechtigkeitskrise darstellt, da ja die am stärksten betroffenen Gruppen nicht die oben genannten 1 % sind, sondern die Ärmsten, die noch nicht Geborenen, die Marginalisierten. Ist es darüber hinaus nicht spannend, warum ausgerechnet zur Frage sogenannte „Expert\*innen“ konsultiert werden, ob diese Angst nun pathologisch sei, wo doch die Frage, ob eine Angst pathologisch ist, generell zunächst von den Betroffenen durch die Einschätzung ihres subjektiven Leidens, sekundär im Therapeut\*innen-Patient\*innen-Verhältnis beantwortet wird? Wir vermuten, dass dieser fast paternalistisch anmutende Impuls letztlich dadurch zustande kommt, dass diese Emotionen im Rahmen einer globalen und politisch aufgeladenen Krise erlebt werden, sodass die Vorstellung naheliegen könnte: Diese Angst geht uns alle an!

### **3.1.2 Kenntnisstand zu Klima-Angst**

In der sogenannten „Jugendstudie“ (Bundesministerium für Umwelt, Naturschutz, nukleare Sicherheit und Verbraucherschutz [BMUV], 2022) gaben von 1.010 befragten Personen zwischen 14 und 22 Jahren 71 % eine pessimistische Zukunftssicht in Bezug auf „Klima und Umwelt“ an; ihre persönliche Zukunft sahen sie hingegen sehr viel optimistischer. Mit etwa 73 % Zustimmung war Angst noch nicht das ausgeprägteste unangenehme Gefühl: Beschämung, Wut, Beunruhigung gegenüber kommenden Generationen sowie Mitleid mit Tieren und Pflanzen wurden häufiger berichtet; Trauer war mit 88 % das am meisten angegebene Gefühl. Ein Viertel der Befragten gaben außerdem Funktionseinschränkungen an, z. B. durch Schlafstörung, aber auch weniger Lebensfreude.

Der Forschungsstand zu Klima-Angst ist in Deutschland aktuell noch sehr gering, wissenschaftliche Erhebungen zu anderen „eco-emotions“, wie klimaassoziiertes Trauer (Solastalgie) oder „eco-anger“, gibt es bisher nicht.

In einer Erhebung von Schwaab, Gebhardt, Friederich und Nikendei (2022) zeigte sich, dass die Mehrheit (60 %) der studentischen Stichprobe Klima-Angst empfand, dass diese jedoch nicht zu einer klinisch relevanten Störungssymptomatik führte, da die Personen über ausreichend Resilienzfaktoren verfügten. Wullenkord, Tröger, Hamann, Loy und Reese (2021) fanden darüber hinaus Zusammenhänge zwischen erhöhter Klima-Angst und dem Bewusstsein für die Konsequenzen und eigene Mitverursachung des Klimawandels, welche einerseits mit mehr umweltfreundlichem Verhalten, jedoch auch mit einer stärkeren Vermeidung der Auseinandersetzung mit Informationen zum Thema im Alltag einhergingen. Besonders niedrige Werte von Klima-Angst empfanden in Wullenkords Erhebung (2022) Menschen mit rechtskonservativer politischer Einstellung und höherer Tendenz zur Klimaleugnung.

Es zeigt sich generell die Tendenz, den eigenen Lebensstil und Status quo durch Verdrängung aufrechtzuerhalten. Problembewusstsein und damit einhergehende emotionale Aktivierung führen – in begrenztem Ausmaß – zu einer Verhaltensänderung. Wie in anderen Bereichen motivieren also auch „eco-emotions“ zum Handeln und können – entsprechende emotionale Kompetenzen und ein einsprechendes psychisches Funktionsniveau vorausgesetzt – reguliert werden. Entsprechend fanden Schwaab et al. (2022) bei 23 %

der Befragten eine erhöhte Stressbelastung (gemessen mit PSQ-20). Diese korrelierte mit einem weniger sicheren Bindungsstil, weniger struktureller Integration und einem weniger ausgeprägten „sense of coherence“. Hickman et al. (2021) konnten in einer internationalen Befragung von 10.000 Jugendlichen einen korrelativen Zusammenhang zwischen „climate anxiety“ und „moral injury“, der Enttäuschung über Maßnahmen durch Politiker\*innen, zeigen. Dies zeigt, dass nicht nur Lebensumstände, sondern auch politische Rahmenbedingungen einen Einfluss auf psychisches Wohlbefinden haben und die beste Maßnahme, Klima-Ängste langfristig zu reduzieren, ein effektiver Klimaschutz ist.

Nach der Überflutung im Ahrtal 2021 stiegen Ängste vor Klimawandelfolgen und Extremwetterereignissen in der deutschen Bevölkerung laut einer Umfrage der R+V-Versicherung (2021) um 20 % auf 61 % an. Extremwetterereignisse können posttraumatische Belastungsstörungen und andere Traumafolgestörungen wie Depressionen, Angststörungen, Suchterkrankungen, Somatisierungs- und Zwangsstörungen zur Folge haben (Clayton, Manning, Krygsman & Speiser, 2017).

Dies gibt einen Hinweis auf vulnerable Gruppen, die durch Klimawandelfolgen besonders betroffen und auch durch „eco-emotions“ überlastet sein könnten: Kinder, Menschen mit psychischer Störungssymptomatik, Betroffene von Extremwetterereignissen und auch Menschen, die häufig mit belastenden Informationen zu den ökologischen Krisen konfrontiert werden und diese nicht vermeiden können (z. B. Klimawissenschaftler\*innen, Klima-Engagierte ...). Das folgende Fallbeispiel aus der psychotherapeutischen Praxis des Erstautors illustriert, wie eine solche emotionale Belastung in Verbindung mit weiteren Vulnerabilitätsfaktoren zu einer klinisch relevanten Störungssymptomatik beitragen kann.

### 3.1.3 Falldarstellung

Mo (Name geändert) befindet sich seit knapp zwei Jahren in meiner (CH) psychotherapeutischen Behandlung. Mo hatte mich gezielt nach Recherchen über bei Psychologists for Future aktive Therapeut\*innen aufgesucht, in einer Sprechstunde bei einer nicht klimaaktiven therapeutischen Fachkraft habe Mo sich nach eigenen Angaben nicht verstanden gefühlt. Ich befragte Mo für diesen Artikel nach Klimagefühlen mit dem Fokus auf Ängste, orientierte mich dabei u. a. an einem holländischen Tool-Kit, welches Behandler\*innen für Klimagefühle sensibilisieren soll (Abspoel, Helmink & Siepert, 2022).

Mo ist um die 30 Jahre alt, identifiziert sich als nonbinär, wünscht „idealerweise kein Personalpronomen“. Mein Eindruck ist, dass „Klima-Angst“ nicht im Vordergrund der Therapie steht, sondern eher andere, biografische oder Lebensgestaltungsthemen. Danach gefragt gibt Mo an, dies sei sehr schwer zu trennen: „Die Klimabewegung hat mich zu dem Menschen gemacht, der ich bin, hat mich persönlich weitergebracht; ich habe vieles gemacht, was ich mich ohne nicht getraut hätte.“ Gleichzeitig sei die Klimakrise aber auch ein leidvolles, lebensbestimmendes Thema gewesen: „Im Vergleich zu anderen sehe ich, dass ich Lebenszeit, Kraft und auch Freude verloren habe, weil die inhaltliche Auseinandersetzung mit dem Thema, das Engagement und auch die Sorgen viel Zeit verbraucht haben [...]. Diese ständigen Grübeleien ... Depressionen deswegen wäre zu viel gesagt, aber sicher ist es ein Teil meiner Depressionen.“

Auslösend für die Behandlung war ein Burn-out durch übermäßiges Engagement in der erweiterten Future-Bewegung. Welche Gefühle liegen aktuell in Bezug auf die Klimakrise vor? „Das kommt darauf an, welchen Aspekt der Krise ich gerade fokussiere“: Die Klimakrise selbst sei mit Furcht und Verzweiflung, der Blick auf die politische Ebene mit Wut, ohnmächtiger Wut, Resignation, Hoffnungslosigkeit, Enttäuschung und dem Gefühl, alleingelassen zu werden, verbunden. Auch Trauer und Verlusterleben (insbesondere von gesellschaftlichem Wohlstand) spielten eine Rolle. Diese Gefühle würden oft verdrängt, kämen insbesondere hoch, wenn das Thema durch neue IPCC-Berichte, wissenschaftliche Studien oder Nachrichten wie über extreme Dürre präsent werde. Die Gefühle gingen einher mit Gedanken wie: „Warum passiert nicht genug, wie kann es sein, dass wir immer noch ... (einen Verkehrsminister haben, der Autos fördert / Klimaproteste kriminalisieren / fossile Lobbyisten haben)?“

Auf der Ebene von Funktionseinschränkungen liegen neben den bereits oben skizzierten Einschränkungen des Wohlbefindens auch funktionale Einschränkungen wie Schlafstörungen und Konzentrationsprobleme vor. Auf der Climate Anxiety Scale (englischsprachige Version von Clayton & Karazsia, 2020) lagen sowohl Gesamtwert als auch die Skalenwerte kognitiver und funktionaler Einschränkung im unteren Mittelfeld (2,69 von 5 Skalenpunkten), womit zumindest gelegentlich Funktionseinschränkungen im mittleren Ausprägungsgrad auftauchen (es ist anzunehmen, dass diese zum Zeitpunkt des „Burn-outs“ ausgeprägter erlebt wurden).

Gefragt danach, was hilfreich gegen diese Gefühle sei, nennt Mo an allererster Stelle Aktivismus: Er helfe gegen das Gefühl des Alleingelassenwerdens und der Hoffnungslosigkeit. In diesem Zusammenhang sei es besonders wichtig, dass die Bezugsgruppe als wertschätzend und empathisch, nicht etwa fordernd/antreibend oder ausgrenzend erlebt werde. Auch habe die Auseinandersetzung mit wissenschaftlichen Arbeiten früher geholfen, aus einer eher diffusen Angst zumindest konkretere Vorstellungen zu entwickeln. Ansonsten erlebe Mo auch Meditation als hilfreich sowie das Zulassen von Gefühlen und sie „gewissermaßen auszuleben“.

Was sei der Wunsch an Therapeut\*innen? Sich selbst mit der Klimakrise auseinandergesetzt zu haben, idealerweise selbst aktivistisch tätig zu sein. Damit konfrontiert, dass dies eine hohe Anforderung an die meisten Therapeut\*innen sein dürfte, eventuell auch eine eher problematische „Filter-Bubble-Bildung“ bewirken könnte, antwortet Mo, dass zumindest das Gefühl, wegen dieser Gefühle nicht als krank betrachtet zu werden, Grundvoraussetzung sei. Ein Grundverständnis für die Klimakrise ermögliche es, eine andere Sichtweise von der therapeutisch arbeitenden Person akzeptieren zu können. Ein dramatisches Beispiel hierfür ereignete sich vor ca. einem Jahr, als Mo mir – für mich völlig unerwartet – erklärte, dass die Zivilisation, wie wir sie kennen, in 30 Jahren zusammenbrechen würde, für queere, nonbinäre, noch dazu depressive Menschen wie Mo dann keine Strukturen (Krankenkassen, aber auch kulturelle, sichere Räume) mehr zur Verfügung stünden; eine mögliche gedankliche Konsequenz aus dieser Zukunftsvorstellung war – für mich erneut überraschend und auch schockierend –, sich öffentlich mit einem klimapolitischen Statement anzuzünden [sic]. In diesem Fall konnte ich vor dem Hintergrund, dass Mo weiß, dass ich das Ausmaß der Katastrophe durchaus ähnlich ernst sehe, dagegenhalten, dass

wir nicht wissen können, ob dieses Szenario eintritt. Auch konnten wir anhand einer Geschichte über Personen, die unsere Werte teilen, eine alternative Lösung erarbeiten: So erzählt Kumi Naidoo, der frühere Geschäftsführer von Greenpeace, dass sein bester Freund Lenny, der später von südafrikanischen Spezialkommandos ermordet wurde, ihn bei ihrem letzten Zusammentreffen gefragt habe, was der größte Beitrag sei, den jemand leisten könne? Auf Kumis Antwort: „Mein Leben zu geben“, habe Lenny geantwortet: „Nein, das ist die falsche Antwort. Es ist nicht, dein Leben zu geben, sondern den Rest deines Lebens zu geben.“ (Moss, 2009; Übers. der Autor\*innen).

### 3.1.4 Fazit

Eine Emotion ist grundsätzlich dort sinnvoll, wo sie handlungsaktivierend wirkt und diese Handlung wiederum zielführend zur Lösung eines Problems beiträgt. Um Emotionen in Handlungen überführen zu können, braucht es verschiedene Ressourcen, z. B. Handlungswissen, materielle Grundlagen oder gleichgesinnte Menschen im Umfeld. Unterscheiden kann man auf der Handlungsebene die individuelle und die kollektive Ebene, wie wir in Kürze darstellen wollen:

#### A) Individuelle Ebene:

Psychologisch relevant erscheinen

- 1) Maßnahmen, die sich auch auf andere individuelle Lebensbereiche positiv auswirken können: Pflanzenbasierte Ernährung oder Mobilitätsverhalten zugunsten des Fahrrads dienen nicht nur dem Klima, sondern auch der körperlichen Gesundheit.
- 2) Maßnahmen, die als echter Verzicht erlebt und betrauert werden, Beispiele hierfür könnten der dauerhafte Verzicht auf Flugreisen oder Fleischkonsum sein.
- 3) „Symbolische Handlungen“: Weitgehend wirkungslose individuelle Tätigkeiten, wie der Erwerb einer Bambuszahnbürste oder die meisten CO<sub>2</sub>-Kompensationen, Tätigkeiten, die eher zur Reduktion eines schlechten Gewissens beitragen, als dass sie einen Beitrag zum Klimaschutz leisten würden.

#### B) Kollektive Ebene:

Eine Unterscheidung kann hier getroffen werden anhand der Verbindung mit anderen Menschen. So können die Teilnahme an Demonstrationen oder die feste Zugehörigkeit zu einer sich engagierenden Gruppe als protektiv erlebt werden (Schwartz et al., 2022), denkbar ist aber auch eine Steigerung des Überforderungserlebens bis hin zum „activist burn-out“ (Macha & Adelman, 2022), wenn z. B. durch die Gruppe Druck aufgebaut wird oder Vorbildern nachgeeifert wird, die möglicherweise unrealistisch idealisiert werden (Cox, 2011). Andere Verhaltensweisen, wie z. B. Briefe an eine\*n Bundestagsabgeordnete\*n zu unterschreiben, werden eher alleine ausgeübt, zielen aber auf kollektive Veränderungen ab.

Die Forschung zeigt, dass ein moderates Ausmaß an „eco-emotions“ sowohl individuelle als auch kollektive Handlungsweisen fördern kann. Insbesondere Wut erweist sich hierbei als handlungsaktivierender als Angst oder Niedergeschlagenheit (Stanley, Hogg, Leviston & Walker, 2021). In einem moderaten Ausmaß erachten wir „eco-emotions“ somit sogar als zwingend notwendigen Schritt hin zu einer nachhaltigeren und gerechteren Welt. Sowohl ein Übermaß als auch das Fehlen emotionaler Betroffenheit

könnte man als eine Funktionseinschränkung betrachten, die nach ICD-11 das Ausmaß einer psychischen Störung annehmen könnte. Ausdrücklich möchten wir darauf hinweisen, dass es sich hier um extreme Fälle, demnach Ausnahmen handeln würde und es in beide Richtungen denkbar wäre: So könnte auch die starke Verdrängung der Klimakrise und damit einhergehender Gefühle möglicherweise pathogen wirken und zu Gefühlen der Isolation, Ohnmacht, Entfremdung und Zynismus beitragen.

Aus dieser Schilderung ergibt sich die Relevanz der Kenntnisse zu „eco-emotions“ für Therapeut\*innen. Als Behandler\*innen gilt es, einen Raum für die weitverbreiteten, jedoch selten diskutierten emotionalen Reaktionen auf globale Krisen wie den Klimawandel und das Artensterben zu bieten. Über bereits bekannte therapeutische Techniken (z. B. Reframing) können konstruktive Hoffnung und das Erleben (kollektiver) Selbstwirksamkeit und Handlungsfähigkeit angesichts globaler Krisen ermöglicht werden.

Dabei kann umweltfreundliches Verhalten ein guter Einstieg sein, der jedoch häufig schnell an Grenzen stößt. Das Erleben kollektiver Selbstwirksamkeit – die Entdeckung der Souveränität als Bürger\*in einer Demokratie, Partizipation und die Einflussnahme auf politische Entscheidungen und strukturelle Gegebenheiten – sowie das Erleben von Gemeinschaft mit Gleichgesinnten können das nachhaltige Engagement für die sozial-ökologische Transformation unserer Gesellschaft stärken, z. B. in einer der über 60 Gruppen des For-Future-Bündnisses (<https://www.for-future-buendnis.de/>).

Auf der berufspolitischen Ebene sind Psycholog\*innen und Psychotherapeut\*innen als Fachpersonen in der Gesundheitspolitik gefragt, das Gesundheitssystem krisenfest aufzustellen. Das bedeutet z. B., auf eine auch in zukünftigen Krisenzeiten mit vermehrten Extremwetterereignissen noch bedarfsgerechte Bedarfsplanung sowie entsprechende psychosoziale Notfallversorgung hinzuwirken.

---

## Literatur

- Abspoel, C., Helmink, S. & Siepert, M. (2022).** *Handvatten voor behanderlaars. Toolkit klimaatpsychologie*. Retrieved from [www.klimaatpsychologie.com](http://www.klimaatpsychologie.com)
- BMUV (2022).** *Junge Menschen in der Klimakrise*. Verfügbar unter: [https://www.umweltbundesamt.de/sites/default/files/medien/479/publikationen/texte\\_127-2022\\_junge\\_menschen\\_in\\_der\\_klimakrise.pdf](https://www.umweltbundesamt.de/sites/default/files/medien/479/publikationen/texte_127-2022_junge_menschen_in_der_klimakrise.pdf)
- Clayton, S. & Karazsia, B. T. (2020).** Development and validation of a measure of climate change anxiety. *Journal of Environmental Psychology*, 69, 101434. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2020.101434>
- Clayton, S., Manning, C. M., Krygsman, K. & Speiser, M. (2017).** *Mental health and our changing climate: Impacts, implications, and guidance*. Washington, D. C.: American Psychological Association, and ecoAmerica.
- Cox, L. (2011).** *How do we keep going? Activist burnout and personal sustainability in social movements*. Retrieved from <https://commonslibrary.org/wp-content/uploads/How-do-we-keep-going.pdf>

- Gardiner, S. M. (2011).** *A perfect moral storm – The ethical tragedy of climate change*. Oxford, UK: Oxford University Press.
- Hausmann, C. & „Caro“ (2022).** Fallgeschichten. In K. v. Bronswijk & C. Hausmann, (Hrsg.), *Climate Emotions. Klimakrise und psychische Gesundheit*. Gießen: Psychosozial Verlag.
- Hickman, C., Marks, E., Pihkala, P., Clayton, S., Lewandowski, R. E., Mayall, E. E. et al. (2021).** Climate anxiety in children and young people and their beliefs about government responses to climate change: A global survey. *The Lancet Planetary Health*, 5(12), e863–e873.
- LaBar, K. S. (2016).** Fear and anxiety. In L. Feldman Barrett, M. Lewis & J. M. Haviland-Mones (Eds.), *Handbook of emotions* (4th ed., pp. 751–773). New York, NY: Guilford-Press.
- Macha, K. & Adelman, G. (2022).** Activist burnout. A movement and a planet burning out. In K. v. Bronswijk & C. Hausmann (Hrsg.), *Climate Emotions. Klimakrise und psychische Gesundheit* (S. 185–208). Gießen: Psychosozial Verlag.
- Moss, S. (2009, November).** Kumi Naidoo: “History teaches us that the only time you move forward is when decent people put their lives on the line”. The Guardian. Retrieved from <https://www.theguardian.com/environment/2009/nov/30/kumi-naidoo-greenpeace-copenhagen>
- Oxfam (2020).** Confronting carbon inequality. Putting climate justice at the heart of the COVID-19 recovery. Retrieved from <https://oxfamilibrary.openrepository.com/bitstream/handle/10546/621052/mb-confronting-carbon-inequality-210920-en.pdf>
- R+V (2021).** *Die Ängste der Deutschen*. Wiesbaden: R+V Versicherung Infocenter. Verfügbar unter: <https://www.ruv.de/newsroom/themenspezial-die-aengste-der-deutschen/pressemitteilungen/studie-aengste-der-deutschen-2021>
- Schwaab, L., Gebhardt, N., Friederich, H. C. & Nikendei, C. (2022).** Climate change related depression, anxiety and stress symptoms perceived by medical students. *International journal of environmental research and public health*, 19(15), 9142. <https://doi.org/10.3390/ijerph19159142>
- Schwartz, S. E. O., Benoit, L., Clayton, S., Parnes, M. F., Swenson, L. & Lowe, S. (2022).** Climate change anxiety and mental health: Environmental activism as buffer. *Current Psychology*, 42, 16708–16721. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-02735-6>
- 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. *The Journal of Climate Change and Health*, 1, 100003. <https://doi.org/10.1016/j.Moclim.2021.100003>
- Watson, J. B. & Rayner, R. (1920).** Conditioned emotional reactions. *Journal of Experimental Psychology*, 3(1), 1–14.
- Wullenkord, M. C. (2022).** From denial of facts to rationalization and avoidance: Ideology, needs, and gender predict the spectrum of climate denial. *Personality & Individual Differences*, 193, 111616. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2022.111616>
- Wullenkord, M. C., Tröger, J., Hamann, K. R. S., Loy, L. S. & Reese, G. (2021).** Anxiety and climate change: A validation of the Climate Anxiety Scale in a German-speaking quota sample and an investigation of psychological correlates. *Climatic Change*, 168, 20. <https://doi.org/10.1007/s10584-021-03234-6>

## **3.2 WIR KÖNNEN WIRKSAM SEIN – PSYCHOLOG\*INNEN UND PSYCHOTHERAPEUT\*INNEN ALS „CHANGE AGENTS“**

### **3.2.1 Resolutionen und Konzepte gibt es bereits**

Viele Psycholog\*innen und Psychotherapeut\*innen befassen sich mittlerweile mit den ökologischen Krisen. Sie nutzen ihr Wissen, um die psychologischen Hürden, die Klimaschutzhandeln verhindern, zu verringern und um sowohl auf gesellschaftlicher als auch auf individueller Ebene einem realitätsbezogenen Handeln auf die Sprünge zu helfen. Im Mai 2019 wurden die Psychologists for Future gegründet, bei denen heute mehr als 1.000 Kolleg\*innen deutschlandweit engagiert sind. Seither wurde von ihnen eine lange Liste an Fachpublikationen veröffentlicht, die sie über Vorträge und Öffentlichkeitsarbeit zur Verfügung stellen (Psychologists for Future, 2024a).

Zudem haben sich seither verschiedene berufspolitische Gremien zu klimapolitischen Themen geäußert. Der Gesprächskreis II (GKII), das bundesdeutsche Netzwerk der psychotherapeutischen Berufs- und Fachverbände, erklärte 2019: „Für uns Psychotherapeut\*innen als Berufsgruppe gilt es, unserer Verantwortung gerecht zu werden. Die Zukunft und das Wohlergehen unserer und zukünftiger Generationen sind bedroht, und diese Bedrohung ist ohne politisches Handeln nicht zu überwinden. Die politisch Verantwortlichen sind aufgefordert, die Themen Klimaschutz und Nachhaltigkeit mit größter Priorität zu behandeln.“

Im Oktober 2021 konkretisierte der Berufsverband Deutscher Psychologinnen und Psychologen die fachlichen Möglichkeiten seiner Mitglieder: „Psychologinnen und Psychologen tragen fachliche Verantwortung in der psychologischen Praxis der Prävention und Intervention, in Wissenschaft und Forschung, im Feld der Kommunikation, in der Gesundheitsfürsorge sowie in verschiedensten Beratungskontexten. Sie haben sowohl die Bedürfnisse der Individuen als auch deren systemische Einbettung und ihr Zusammenwirken im Blick. Sie können mit diesem fachlichen Hintergrund Institutionen, Behörden und politische Entscheidungsträgerinnen und Entscheidungsträger dazu beraten, Infrastrukturen resilient sowie nachhaltig zu gestalten und die Bevölkerung sowohl heute als auch zukünftig aktiv zu schützen.“

Im November 2021 folgte der Hinweis auf fachliche Möglichkeiten der Psychotherapeut\*innen insbesondere im Umgang mit der Verdrängung der Klimakrise durch eine zweite Resolution des GK II: „Psychotherapeut:innen können bei der Bewältigung sich verändernder Lebensbedingungen und daraus resultierender psychischer Belastungen unterstützen, sowohl auf individueller als auch gesellschaftlicher Ebene. Sie können dabei unterstützen, dass die Auseinandersetzung mit der Klimakrise nicht zur Überforderung wird, sondern sich in sachlich angemessenes Verhalten übersetzen kann. Sie können an der Bewahrung einer ökologischen Lebensgrundlage für die Menschen und einer möglichst friedlichen Bewältigung der aktuellen sozialen Konflikte maßgeblich mitarbeiten.“

Fast zeitgleich wies der 39. Deutsche Psychotherapeutentag (DPT), das Bundesparlament der Psychotherapeut\*innen, darauf hin, dass die Klimakrise auch eine Krise der psychischen Gesundheit ist: „Durch die Flutkatastrophe in Rheinland-Pfalz und Nordrhein-Westfalen im Sommer 2021 wurde nochmals eindringlich deutlich, dass die Klimakrise mit den zunehmenden Extremwetterereignissen auch eine gesundheitliche Krise ist. Die Flutkatastrophe hat zu schweren psychischen Belastungen und Verletzungen bei den betroffenen Menschen geführt. Das Erleben von Todesangst und Hilflosigkeit, der Tod von Angehörigen und Nachbar\*innen, die Zerstörung von Wohnung und Eigentum sowie beruflicher Existenz haben viele Menschen traumatisiert. Auch viele haupt- und ehrenamtliche Einsatzkräfte haben psychische Folgen davongetragen“ (Bundespsychotherapeutenkammer, 2021). Er forderte von der Bundesregierung neben sofortigen klimapolitischen Maßnahmen auch die Einrichtung einer angemessenen psychosozialen und psychotherapeutischen Versorgung betroffener Menschen.

Ein Jahr später äußerte sich der 41. DPT nochmals differenzierter zu der Beeinträchtigung der psychischen Gesundheit durch die Klimakrise und wies auf die fachlichen Möglichkeiten der Unterstützung durch Psychotherapeut\*innen hin: „Psychotherapeut\*innen können die psychische Widerstandsfähigkeit stärken und helfen, Erlebnissen der Überforderung, Ohnmacht und Lähmung zu begegnen“ (Bundespsychotherapeutenkammer, 2022b).

Im Folgejahr wurde die Musterberufsordnung der Psychotherapeut\*innen durch die Berufsaufgabe, sich an dem Erhalt der ökologischen Lebensgrundlagen zu beteiligen, ergänzt (Bundespsychotherapeutenkammer, 2022a). Damit wurde eine eindeutige Handlungsgrundlage gelegt. Auf demselben Psychotherapeutentag wurde eine neue Musterweiterbildungsordnung verabschiedet, inklusive der Vermittlung von Wissen um die Auswirkungen der Klimakrise auf die psychische Gesundheit und deren Behandlung. Viele Berufs- und Fachverbände haben mittlerweile eigene Klima-Arbeitsgruppen gegründet, um ihre Handlungsmöglichkeiten auszuloten, und bieten Fortbildungsveranstaltungen für ihre Mitglieder an.

### **3.2.2 Die ökologischen Krisen als Menschheitskrise**

Können Psycholog\*innen und Psychotherapeut\*innen nun – bei allem guten Willen, den sie zeigen – mit ihrem Fachwissen beim Umgang mit den aktuellen ökologischen und gesellschaftlichen Krisen hilfreich sein?

Seit mindestens 51 Jahren gelingt es der Menschheit nicht, das Notwendige zu tun: eine nachhaltige Lebensweise zu entwickeln, die unsere Lebensgrundlagen erhält. Im Bericht des Club of Rome, „The Limits to Growth“ von 1972 wurde von Wissenschaftler\*innen des MIT anhand einer erstaunlich schlichten und nachvollziehbaren Systemanalyse unserer Wirtschafts- und Lebensweise herausgearbeitet, dass die Art des Wirtschaftens verändert werden muss, da es sonst innerhalb von 100 Jahren zu einem Kollaps der menschlichen Zivilisation kommen werde (S. 183). Sie nannten den angestrebten gesellschaftlichen Zustand ein „ökonomisches und ökologisches Equilibrium“, in dem das Wachstum der Wirtschaft kontrolliert gedrosselt wird. Heute spricht man in diesem Zusammenhang von der „sozial-ökologischen Transformation“. Es war den Autor\*innen klar, dass zunächst die Dringlichkeit dieser Tatsache in Politik und Öffentlichkeit international verstanden werden

musste, bevor Maßnahmen umgesetzt werden konnten. Und es würde nicht leicht werden: „The transition in any case is likely to be painful, and it will make extreme demands on human ingenuity and determination“ (S. 196). Der Bericht wurde damals breit rezipiert und in 29 Sprachen übersetzt.

Wo stehen wir heute? Das Thema wurde in den Gremien der Vereinten Nationen (UN) verhandelt und in unterschiedlichen gemeinsamen Absichtserklärungen verankert. Bezüglich der Klimakrise ist die bisher wichtigste Erklärung das Pariser Abkommen (2015). Bezüglich der genauso zum Überleben notwendigen nachhaltigen Lebens- und Wirtschaftsweise entstanden 2015 in New York die 17 Ziele der nachhaltigen Entwicklung, auf die sich alle Länder der UN einigten (United Nations, 2024a).

So schreibt die UN: „We are resolved to free the human race from the tyranny of poverty and want and to heal and secure our planet. We are determined to take the bold and transformative steps which are urgently needed to shift the world onto a sustainable and resilient path. As we embark on this collective journey, we pledge that no one will be left behind. The 17 Sustainable Development Goals and 169 targets which we are announcing today demonstrate the scale and ambition of this new universal Agenda.“

Bei diesen Abkommen geht es nicht um eine romantische Traumwelt, sondern um den Erhalt unserer Lebensgrundlagen, die Achtung grundlegender Werte der Mitmenschlichkeit und des Lebens selbst. Den resoluten Vorschlägen der UN-Konferenzen folgten seither zu wenig politische Verantwortungsübernahme und konkrete Umsetzung. Die Treibhausgasemissionen steigen weiterhin an (Europäische Kommission, 2022). Eine Veränderung unserer Lebens- und Wirtschaftsweise, die tatsächlich ein Equilibrium erlauben würde, ist nicht in Sicht. Es gibt starke Beharrungskräfte: die Profiteur\*innen des Bestehenden, deren Einfluss sich behauptet, deren Narrative dominant bleiben. Und so schreitet die Zerstörung unseres Lebensraums ungehindert fort. Seit den 1970er-Jahren wurden für das Säen von Zweifeln und die Verhinderung von Klimaschutz viele Milliarden Euro von der Fossilindustrie ausgegeben (Supran, Rahmstorf & Oreskes, 2023; Holden, 2020; Goeßmann, 2021) Das wirkt. Und es ist attraktiv, den Verhinderern zu glauben, denn es wäre ja zu schön, wenn sich nichts ändern müsste.

In dieser Situation, in der seit vielen Jahrzehnten notwendige Politik ausbleibt und laufende Prozesse politisch nicht sachgerecht mitgestaltet werden, schreiten nicht nur die ökologischen Krisen voran, destabilisieren dabei Wirtschaft und Zusammenleben und bedrohen in den Ländern des globalen Südens die Lebensgrundlagen (Dados & Connell, 2012; Eckstein, Künzel & Schäfer, 2021). Auch das hiesige gesellschaftliche Miteinander leidet: Es herrscht Unzufriedenheit, Menschen sind verunsichert und besorgt, Schuldzuweisungen und soziale Konflikte nehmen zu. Hanebüchene Erklärungen und Unwahrheiten verbreiten sich. Das Vertrauen in die politischen Entscheidungsträger geht verloren. Irrationale Lösungs-ideen und krude Hoffnungen werden attraktiv (Kendzior, 2022).

### **3.2.3 „Change Agent“ werden**

Der gesellschaftliche Veränderungsprozess, in dem wir uns befinden, ist ohne Frage sehr komplex. Kora Kristof beschäftigt sich in ihrem Buch „Wie Transformation gelingt“ (2020) damit, wie man

als Veränderungsakteur\*in („Change Agent“) mit den verschiedenen Herausforderungen von derart komplexen Veränderungsprozessen umgehen kann. Vielleicht hilft ihre Anleitung?

Sie empfiehlt, bevor man aktiv wird, eine Analyse des Systems, welches man verändern möchte, vorzunehmen. Diese sollte einen Überblick verschaffen, ohne sich im Detail zu verlieren. Als Ausgangspunkt der Analyse sollten klare Kernziele und eine prägende Vision gewählt werden. Der Fokus sollte auf zentralen Dynamiken, Rückkopplungen und Kippunkten sowie auf zentralen Problemen, Risiken und Zielkonflikten liegen. Man sollte zentrale Hebel herausarbeiten, die kleine Veränderungen mit großer Wirkung ermöglichen, und leicht umsetzbare Lösungen und gut adressierbare Akteur\*innen finden.

Die Psychologists for Future (2024b) haben in ihrem Selbstverständnis beispielsweise folgende Kernziele benannt: politische Entscheidungsträger\*innen für die sozial-ökologische Transformation zu motivieren, die allgemeine Bevölkerung für die zum Teil unangenehmen Maßnahmen zu gewinnen, einen konstruktiven Umgang mit individuellen und gesellschaftlichen Vermeidungs- und Abwehrmechanismen aufzubauen und in der öffentlichen Kommunikation sachbezogene Diskurse zu fördern und Fehlinformationen entgegenzuwirken. Als prägende Vision wird ein Zusammenleben genannt, in dem alle Mitglieder der Gesellschaft diskriminierungsfrei selbstbestimmt und wirksam teilhaben können und auch weltweit Privilegien gemeinwohlorientiert eingesetzt werden oder zugunsten benachteiligter Menschen aufgegeben werden.

In Veränderungsprozessen gibt es nach Kristof (2022) verschiedene Akteur\*innenrollen. Es gibt diejenigen, die fachlich Bescheid wissen („Fachpromotoren“), diejenigen mit Fach- und Führungskompetenz („Prozesspromotoren“), diejenigen mit Verfügung über Ressourcen („Machtpromotoren“) und diejenigen mit Beziehungskompetenz, Netzwerkkenntnis, Interaktionspotenzial und Kompetenzen im Konfliktmanagement („Beziehungspromotoren“). Genau diese Rolle kann vom Berufsstand der Psycholog\*innen und Psychotherapeut\*innen ausgefüllt werden. Und sie werden gebraucht.

Denn der ausbleibende Schutz der Lebensgrundlagen und des Allgemeinwohls zeigt, dass die regelhaften politischen und zivilgesellschaftlichen Aushandlungsprozesse nicht ausreichend gut funktionieren. Das heißt, dass sich bei diesem Thema der Zusammenhang zwischen Faktenlage und politischem Handeln gelockert oder sogar gänzlich gelöst hat, wodurch die durchaus vorhandene wissenschaftliche Beratung ihre Möglichkeit der Beeinflussung der Politik verloren hat. Daher sind Wissenschaftler\*innen mit der Scientist Rebellion (2024) dazu übergegangen, sich anzukleben, statt Gespräche zu führen. Und das heißt auch, dass diejenigen, die bisher als Change Agents der sozial-ökologischen Transformation aktiv waren, wie Fachpolitiker\*innen und Aktive der etablierten Umweltorganisationen, Hilfe brauchen. Hier sind Psycholog\*innen und Psychotherapeut\*innen als „Beziehungspromotoren“ gefragt, um in politischen Aushandlungsprozessen, sei es lokal, national oder auch global, neue Wege des Kontaktes und des Austauschs der beteiligten Interessensgruppen zu erwirken und ggf. auch neue Interessengruppen an den Tisch zu holen. Gerade Veränderungsprozesse der Verkehrs-, Agrar- oder Energiewende auf kommunaler Ebene könnten von einem solchen Engagement profitieren.

### 3.2.4 Klimaschutz ist Gesundheitsschutz

Welche Handlungsmöglichkeiten für Psycholog\*innen und Psychotherapeut\*innen gibt es noch? Fachkräfte des Gesundheitswesens können aufgrund ihrer besonderen Glaubwürdigkeit ein effektiver Hebel für das Voranbringen der sozial-ökologischen Transformation sein. Denn sie besitzen eine besondere Glaubwürdigkeit, und das Thema „Gesundheitsschutz“ ist als wichtigstes Lebensziel besonders gut dafür geeignet, Menschen der Allgemeinbevölkerung für Klimaschutz und eine nachhaltige Lebensweise zu gewinnen. Wabnitz et al. (2020) definieren als ihr Kernziel, die Gesundheit heutiger und künftiger Generationen zu schützen und die inter- und intragenerationelle Gleichheit und Gerechtigkeit zu fördern. Sie wollen menschliche Werte, Verhaltensweisen und gesellschaftliche Strukturen so verändern, dass ein sicherer und gerechter Lebensraum für die Menschheit entsteht. Als Ergebnis einer international zusammengesetzten Arbeitsgruppe veröffentlichten Howard et al. (2023) zudem ein umfassendes Strategiepapier, wie Fachkräfte des Gesundheitswesens global kooperieren und ihre Autorität und Glaubwürdigkeit dafür zu nutzen können, die sozial-ökologische Transformation voranzubringen.

Sie schlagen vor, dass jegliche Kommunikation bezüglich der ökologischen Krisen auf die gesundheitlichen Folgen des Klimawandels hinweisen, die konkreten gesundheitlichen Vorteile von Klimaschutzmaßnahmen ausweisen sowie immer ganz konkrete Handlungsvorschläge enthalten soll. Hier ein Beispiel: „Der Ausstieg aus der Kohleverstromung ist eine Priorität angesichts seiner Klimaauswirkungen und der durch die Luftverschmutzung verursachten hohen Morbidität und Sterblichkeit. Schätzungsweise 561.000 Todesfälle weltweit wurden 2020 mit den damit verbundenen Feinstaubemissionen in Verbindung gebracht. Der Gesundheitssektor ist für 5,2 % der weltweiten Treibhausgasemissionen verantwortlich, von denen der Großteil aus der Versorgungskette stammt. Die NHS England hat sich nun verpflichtet, bis 2040 intern und in der Lieferkette bis 2045 klimaneutral zu werden, verankert in der britischen Gesetzgebung durch den Health and Social Care Act von 2022.“

Um das Klimahandeln im Kolleg\*innenkreis zu normalisieren, wird Fachkräften des Gesundheitswesens vorgeschlagen, öffentlich einen Eid der planetaren Gesundheit zu leisten: „Ich verpflichte mich feierlich, mein Leben dem Dienst an der Menschheit und dem Schutz der natürlichen Systeme zu widmen, von denen die menschliche Gesundheit abhängt.“ (Howard et al., 2023). Eine öffentliche Vereidigung mache neue Normen sichtbar, animiere andere zur Beteiligung und stärke das Gefühl der sozialen Identität und Gruppenzugehörigkeit, das für die Beteiligung von entscheidender Bedeutung ist.

Für die institutionelle Ebene schlagen Howard et al. (2023) vor, dem internationalen „Fossil Fuel Non-Proliferation Treaty“, einem internationalen Abkommen zur Abkehr von fossilen Energieträgern, beizutreten. 2021 seien in Südostasien Organisationen, die 100.000 Ärzt\*innen repräsentieren, diesem Vertrag beigetreten (Fossil Fuel Non-Proliferation Treaty Initiative, o. D.). Diesem Beispiel folgend könnten auch deutsche Organisationen und Vereine des Gesundheitswesens diesem Abkommen beitreten.

Des Weiteren wird betont, dass Botschaften insbesondere durch gut erzählte Geschichten ein Publikum finden. Solche Geschichten können persönliche Barrieren in konstruktive Emotionen verwandeln. Bei-

spielsweise kann Wut helfen, Apathie zu überwinden, Hoffnung kann Angst besiegen, Solidarität kann Isolation aufheben, und Erfolgsgeschichten geben Inspiration, dass der Einzelne einen Unterschied machen kann. Beim Geschichtenerzählen sei zu beachten, dass die Geschichten auf das Publikum und dessen Hintergrundwissen, Ressourcen und Handlungsmotivation zugeschnitten sind. Die Brücke zum Publikum solle also mit Bedacht gebaut werden.

Um die Handlungsfähigkeit der Fachkräfte des Gesundheitswesens zu erhöhen, sollen klimapolitisch ausgerichtete professionelle Netzwerke geknüpft werden und strategisch wichtige Ziele identifiziert und professionell kommuniziert werden. Wichtig sei, dass dabei eine Kultur der wohlwollenden und wertschätzenden Zusammenarbeit gepflegt werde. Ein auf diese Weise koordinierter Einsatz habe das Potenzial, die aktuellen öffentlichen Narrative und die konkrete politische und ökonomische Praxis zu verändern (Wabnitz et al., 2020).

### **3.2.5 Was zu tun bleibt**

Die Vernetzung der gegen die ökologischen Krisen arbeitenden Psycholog\*innen und Psychotherapeut\*innen in Deutschland hat sich in den vergangenen Jahren deutlich verbessert. Die Berufs- und Fachverbände treffen sich im Klimaforum des GK II, die Bundespsychotherapeutenkammer moderiert einen klimapolitischen Austausch der Landeskammern. Interessant ist nun eine Intensivierung der Zusammenarbeit mit der Interessengruppe „Mensch, Klima, Nachhaltigkeit“ der Deutschen Gesellschaft für Psychologie (DGPs, o. D.), der Initiative Psychologie im Umweltschutz (IPU, o. D.) und (klinisch-)psychologischen Lehrstühlen mit klimabezogener Forschung. Einen Ideenfundus an Handlungsmöglichkeiten bietet hier auch die Task Force der American Psychological Association (2022).

Nun gilt es zudem, die Zusammenarbeit mit den anderen Berufsgruppen des Gesundheitswesens zu suchen. Als Ansprechpartner\*innen eignen sich hier beispielsweise die Deutsche Allianz für Klimawandel und Gesundheit (KLUG, o. D.), die Task Force „Klima und Psyche“ der Deutschen Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie, Psychosomatik und Nervenheilkunde (DGPPN, 2024), das Robert Koch-Institut mit Blick auf die Aktualisierung seines Sachstandsberichts „Klimawandel und Gesundheit“ (2024) sowie die berufsständischen Organisationen anderer Gesundheitsberufe, wie die Ärzte- und Apothekerkammern, weitere Berufsverbände, auch beispielsweise der Pflege. Die Gründung eines übergeordneten Klima-Gesundheitsnetzwerks für alle Berufsgruppen könnte dabei sehr hilfreich sein.

Eine zentrale Rolle kommt auch den Landespsychotherapeutenkammern zu (Maur, 2022). Sie haben die institutionelle Autorität, Politik in ihrem Verantwortungsbereich des Schutzes der psychischen Gesundheit mitzugestalten, und sie dürfen es auch (Simons, Schulze, Peter, Heyne & Schörk, 2021). Im Klimakonzept der Landespsychotherapeutenkammer Rheinland-Pfalz wird dahin gehend eine Reihe von konkreten Handlungsempfehlungen aufgeführt: 1. die aktive Kommunikation der Notwendigkeit von Klimaschutz in die Politik, 2. die Aufklärung der Allgemeinbevölkerung über gesundheitliche und soziale Auswirkungen der ökologischen Krisen, 3. klimabezogene Aus-, Fort- und Weiterbildung für Mitglieder, 4. Klimaschutz in Institutionen des Gesundheitswesens vorantreiben, 5. die Entwicklung einer klima- und krisensensi-

blen Versorgungsstruktur und Bedarfsplanung, 6. die Einrichtung einer psychologischen Ersten Hilfe und Notfallpsychotherapie, 7. der Ausbau von kultursensibler Psychotherapie und Gesundheitsversorgung vor dem Hintergrund zunehmender Flucht und Migration, 8. das Divestment der Versorgungswerke, 9. die Anregung von Forschung der psychischen Reaktionen auf die ökologischen Krisen, zu klimabezogener Prävention, Resilienz und Empowerment und zu klimabezogenen Verhaltensänderungen, 10. die Ernennung einer bzw. eines Klimabeauftragten der Kammer, 11. der Aufbau eines Gremiums „Klimakrise und Gesundheit“ auf Landesebene mit weiteren Heilberufekammern, 12. die Einrichtung von expert\*innen geleiteten Super-/Intervisionsgruppen (Landespsychotherapeutenkammer Rheinland-Pfalz, 2023).

Findet man sich als Akteur\*in oder Change Agent in einem komplexen Veränderungsprozess wieder, so bedarf es einiger klarer Entscheidungen, um sich selbst als wirksam erleben zu können. Dazu gehört, sich einer unterstützenden Struktur oder Gruppe anzuschließen, einen realistischen Handlungsrahmen auszuwählen – das heißt nicht zu groß (Überforderung) oder zu klein (Wirkungsverlust) – und erreichbare Zwischenziele zu stecken. Diese sollten persönlich bedeutungsvoll sein und eventuell sogar Freude bereiten. Ein bewusster Umgang mit gegebenenfalls erlebten „Klimagefühlen“, wie ein gemeinsamer Austausch darüber oder ein begleitetes Zulassen, kann hilfreich sein, um in Kontakt mit den eigenen Werten zu kommen und aktiv zu werden. Dies kann auch Verzweiflung, Zynismus und Resignation entgegenwirken.

Die aktuelle politische Situation erfordert, dass wir als Berufsstand über unseren Tellerrand schauen und über uns hinauswachsen, dass wir nicht verzagen, uns zusammenschließen und neue Arten der Verantwortung übernehmen. Denn es soll nichts unversucht bleiben. Jedes Zehntelgrad verhinderte Erhitzung hilft, jeder Schutz der Biodiversität ist für uns überlebenswichtig. Und wird man aktiv, so kann das Sinn stiften, man lernt Neues und kann Teil einer dem Leben zugewandten, wertebasierten Gemeinschaft werden. Es ist gerade jetzt genau der richtige Moment, dass Psycholog\*innen und Psychotherapeut\*innen ihre Fähigkeiten als mutige Change Agents in die gesellschaftlichen Aushandlungsprozesse einbringen und dabei helfen, dass politische Blockaden und soziale Konflikte in Richtung des Schutzes unserer Lebensbedingungen aufgelöst werden.

---

## Literatur

**American Psychological Association (2022).** *Addressing the climate crisis: An action plan for psychologists. Report of the APA task force on climate change.* Retrieved from <https://www.apa.org/science/about/publications/climate-crisis-action-plan.pdf>

**Berufsverband Deutscher Psychologinnen und Psychologen (2021).** *Stellungnahme Psychologie und Klima.* Verfügbar unter: [https://www.bdp-verband.de/fileadmin/user\\_upload/BDP/newssystem/aktuelles/pdf/Statement\\_PDF/20211006\\_bdp\\_stellungnahme\\_psychologie-und-klima.pdf](https://www.bdp-verband.de/fileadmin/user_upload/BDP/newssystem/aktuelles/pdf/Statement_PDF/20211006_bdp_stellungnahme_psychologie-und-klima.pdf)

- Bundespsychotherapeutenkammer (2021).** *Resolution: Konsequenter Klimaschutz schützt psychische Gesundheit.* Verfügbar unter: <https://www.bptk.de/wp-content/uploads/2021/11/Resolution-Konsequenter-Klimaschutz-schuetzt-psychische-Gesundheit.pdf>
- Bundespsychotherapeutenkammer (2022a).** *Muster-Berufsordnung der BPTK.* Verfügbar unter: <https://www.bptk.de/wp-content/uploads/2022/05/Muster-Berufsordnung-der-BPTK.pdf>
- Bundespsychotherapeutenkammer (2022b).** *Resolution: Klimaschutz umsetzen und psychischen Gefährdungen der Klimakrise begegnen.* Verfügbar unter: <https://www.bptk.de/wp-content/uploads/2022/11/Resolution-Klimaschutz-umsetzen-und-psychischen-Gefahrdungen-der-Klimakrise-begegnen.pdf>
- Club of Rome (1972).** *Limits to growth.* Retrieved from <https://donellameadows.org/wp-content/user-files/Limits-to-Growth-digital-scan-version.pdf>
- Dados, N. & Connell, R. (2012).** The global south. *Contexts*, 11(1), 12–13. <https://doi.org/10.1177/1536504212436479>.
- Deutsche Allianz Klimawandel und Gesundheit e. V. (KLUG, o. D.).** Verfügbar unter: <https://www.klimawandel-gesundheit.de>
- Deutsche Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie, Psychosomatik und Nervenheilkunde (DGPPN, 2024).** *Task Force „Klima und Psyche“ der DGPPN.* Verfügbar unter: <https://www.dgppn.de/schwerpunkte/klima-und-psyche.html>
- Deutsche Gesellschaft für Psychologie (o. D.).** *Interessengruppe Mensch, Klima und Nachhaltigkeit.* Verfügbar unter: <https://www.dgps.de/schwerpunkte/interessengruppen/interessengruppemensch-klima-nachhaltigkeit/>
- Eckstein, D., Künzel, V. & Schäfer, L. (2021).** *Globaler Klima-Risiko-Index 2021: Wer ist am stärksten von extremen Wetterereignissen betroffen?* Germanwatch. Verfügbar unter: <https://www.germanwatch.org/de/19777>
- Europäische Kommission (2022).** *Emissions database for global atmospheric research (EDGAR).* Retrieved from [https://edgar.jrc.ec.europa.eu/report\\_2022#emissions\\_table](https://edgar.jrc.ec.europa.eu/report_2022#emissions_table)
- Fossil Fuel Non-Proliferation Treaty Initiative (o. D.).** Retrieved from <https://fossilfueltreaty.org/home>
- Gesprächskreis II (2019).** *Resolution Klimaschutz.* Verfügbar unter: [https://www.dgvt.de/fileadmin/user\\_upload/Dokumente/DGVT-Verein/GK-II/Resolution\\_Klimaschutz\\_GK\\_II\\_12.11.2019.pdf](https://www.dgvt.de/fileadmin/user_upload/Dokumente/DGVT-Verein/GK-II/Resolution_Klimaschutz_GK_II_12.11.2019.pdf)
- Gesprächskreis II (2021).** *Klimaresolution.* Verfügbar unter: [https://www.dptv.de/fileadmin/Redaktion/Bilder\\_und\\_Dokumente/Aktuelles\\_News/Pressemitteilungen/2021/GK\\_II\\_Klimaresolution.pdf](https://www.dptv.de/fileadmin/Redaktion/Bilder_und_Dokumente/Aktuelles_News/Pressemitteilungen/2021/GK_II_Klimaresolution.pdf)
- Goeßmann, D. (2021).** *Kurs Klimakollaps. Das große Versagen der Politik.* Berlin: Eulenspiegel Verlagsgruppe.
- Holden, E. (2020, 8. Januar).** How the oil industry has spent billions to control the climate change conversation. *The Guardian.* Retrieved from <https://www.theguardian.com/business/2020/jan/08/oil-companies-climate-crisis-pr-spending>
- Howard, C., MacNeill, A. J., Hughes, F., Alqodmani, L., Charlesworth, K., de Almeida, R. et al. (2023).** Learning to treat the climate emergency together: Social tipping interventions by the health community. *The Lancet Planetary Health*, 7(3), e251–e264. [https://doi.org/10.1016/S2542-5196\(23\)00022-0](https://doi.org/10.1016/S2542-5196(23)00022-0)

- Initiative Psychologie im Umweltschutz (IPU, o. D.).** *Die IPU – Der Verein.* Verfügbar unter: <https://ipu-ev.de/der-verein/>
- Kendzior, S. (2022).** *They knew. How a culture of conspiracy keeps America complacent.* New York: Flatiron Books.
- Kristof, K. (2020).** *Wie Transformation gelingt. Erfolgsfaktoren für den gesellschaftlichen Wandel.* München: oekom.
- Landespsychotherapeutenkammer Rheinland-Pfalz (2023).** *Klimanotfall: Auswirkungen ökologischer Krisen auf die psychische Gesundheit – Informationen und politische Forderungen aus psychotherapeutischer Sicht.* Verfügbar unter: [https://www.lpk-rlp.de/fileadmin/user\\_upload/RZ\\_LPK\\_Klimabroschuere\\_webversion.pdf](https://www.lpk-rlp.de/fileadmin/user_upload/RZ_LPK_Klimabroschuere_webversion.pdf)
- Maur, S. (2022).** Klimakrise: Berufsethik und gesundheitspolitisches Engagement. In K. van Bronswijk & C. M. Hausmann (Hrsg.), *Climate Emotions. Klimakrise und psychische Gesundheit* (S. 375–388). Gießen: Psychosozial-Verlag.
- Psychologists for Future (2024a).** *Publikationsliste.* Verfügbar unter: <https://www.psy4f.org/publikationsliste/>
- Psychologists for Future (2024b).** *Selbstverständnis.* Verfügbar unter: <https://www.psy4f.org/selbst-verstaendnis/>
- Robert Koch-Institut (2024).** *Klimawandel und Gesundheit – Sachstandsbericht Klimawandel und Gesundheit 2023.* Verfügbar unter: <https://www.rki.de/climatereport>
- Scientist Rebellion (2024).** *Unite against climate failure.* Retrieved from <https://scientistrebellion.com/campaigns/unite-against-climate-failure/>
- Simons, K., Schulze, M., Peter, F., Heyne, K. & Schörk, C. (2021).** Werdet politischer! Die besondere Verantwortung von Psychologie, Psychotherapie und deren Berufsorganisationen in der Klimakrise. In L. Dohm, F. Peter & K. van Bronswijk (Hrsg.), *Climate Action – Psychologie der Klimakrise. Handlungshemmnisse und Handlungsmöglichkeiten.* Gießen: Psychosozial-Verlag.
- Supran, G., Rahmstorf, S. & Oreskes, N. (2023).** Assessing ExxonMobil's global warming projections. *Science*, 379(6628), eabk0063. <https://doi.org/10.1126/science.abk0063>.
- United Nations (2015).** *Paris climate agreement.* Retrieved from <https://unfccc.int/process-and-meetings/the-paris-agreement>
- United Nations (2024a).** *17 sustainable development goals.* Retrieved from <https://sdgs.un.org/goals>
- United Nations (2024b).** *2030 Agenda.* Retrieved from <https://sdgs.un.org/2030agenda>
- Wabnitz, K.-J., Gabrysch, S., Guinto, R., Haines, A., Herrmann, M., Howard, C. et al. (2020).** A pledge for planetary health to unite health professionals in the Anthropocene. *Lancet*, 396(10261), 1471–1473. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)32039-0](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)32039-0)

### 3.3 BILDUNG FÜR EINE NACHHALTIGE ENTWICKLUNG UND ZUKUNFT

*Warum eine der tragenden Säulen unserer Gesellschaft eine radikale Neuausrichtung braucht und welche Rolle die Psychologie dabei spielen kann*

*Im Zeitalter multipler Krisen steht nicht zuletzt das Bildungssystem vor großen Herausforderungen und Erwartungen, und das Konzept der Bildung für nachhaltige Entwicklung liefert dafür eine ganzheitliche Antwort. Warum Schulen zu Nachhaltigkeitszentren werden sollten, wie sie den Einstieg schaffen können und welche Rolle dabei die psychologische Berufsgruppe übernehmen kann, wird im Folgenden beleuchtet.*

Unsere derzeitige Lebensweise im Paradigma des unendlichen „Höher, Schneller, Weiter“ in Konkurrenz gegeneinander ist nicht zukunftsfähig. Die Ausrichtung menschlichen Lebens auf unbegrenztes Wachstum und Leistungsoptimierung (Kasser, 2003; Schwartz, 1994) hat uns in miteinander verbundene existenzielle Krisen geführt (Homer-Dixon, Renn, Rockstrom, Donges & Janzwood, 2021):

- die *ökologischen Krisen* als Ausdruck der Entfremdung zwischen Mensch und Natur; darunter die Klima- und die Biodiversitätskrise sowie die verschiedenen Arten von Umweltzerstörung und Umweltverschmutzung;
- die *soziale Krise* als Ausdruck der Entfremdung zwischen Mensch und Mitmensch, die sich insbesondere in einem Auseinanderdriften armer und reicher Gesellschaften und armer und reicher Menschen, wirtschaftlicher und politischer Ausbeutung unterdrückter Menschen oder der Vertreibung, Entwurzelung und schließlich Entmenschlichung von Menschen auf der Flucht manifestiert;
- die *Sinnkrise* als Ausdruck der Entfremdung von uns selbst, von unseren Bedürfnissen wie Selbstbestimmung, Gesundheit und Zugehörigkeit, von unseren Sehnsüchten, beispielsweise nach Geborgenheit, Frieden und sinnstiftenden Erfahrungen.

Eine gesellschaftliche Transformation, ein grundlegender Wandel in Einstellungen und Haltungen zu Nachhaltigkeit auf allen Ebenen ist dringend erforderlich. Es geht um einen grundlegenden Kulturwandel:

- *in der Ökologie*: von lebensfeindlichen zu lebensfördernden Prinzipien;
- *im Sozialen*: vom Egozentrismus zur kollektiven und partizipativen Wirksamkeit;
- *in der Ökonomie*: von der Maximierung individueller Gewinne zum Gemeinwohl.

Beziehung ist die Antwort auf die sozial-ökologischen Krisen der Zeit im Sinne einer lebensfördernden, solidarischen und gemeinwohlorientierten Grundhaltung. Bildung ist dafür zentral. Und vor dem Hintergrund der hier skizzierten Herausforderungen ist es eine wichtige gesellschaftliche Aufgabe, Bildung wirksamer so zu gestalten, dass der Beziehungsaspekt wieder gestärkt wird.

### 3.3.1 Der heimliche Lehrplan muss nachhaltig werden

Die wichtigste Bildungsinstitution ist die Schule, die die meisten Menschen zu Beginn ihres Lebens durchlaufen. Schulen sind wirkmächtig, denn sie prägen maßgeblich Einstellungen und Haltungen. Dies tun sie vor allem durch den „heimlichen Lehrplan“, die gelebte Kultur:

- *Steht der Mensch im Mittelpunkt oder das Abarbeiten von Stoffplänen?*
- *Lernen Kinder und Jugendliche ganzheitlich oder im zerstückelten Fächerkorsett?*
- *Stehen Lernräume im Zentrum, oder bestimmen Leistungskontrollen den Schulalltag?*
- *Erschließen sich Lernende individuell Lernschritte, oder findet Lernen im Gleichschritt statt?*
- *Werden Problemstellungen kreativ gelöst, oder werden Fakten auswendig gelernt?*
- *Werden Herausforderungen gemeinsam bewältigt oder Einzelbewertungen in Konkurrenz untereinander gesammelt?*
- *Ist der Alltag partizipativ gestaltet, oder wird er direktiv vorgegeben?*

Kurzum, bietet Schule als Entwicklungskontext tatsächlich ausreichend von dem, was vor dem Hintergrund eines nachhaltigkeits- und demokratiebasierten Menschenbildes wirklich zählt: Zeit, Beziehung, Wertschätzung, Mitbestimmung und Mitgestaltung, Verantwortung, Sinn.

Eine nachhaltige Zukunft braucht vor allem Wir-Qualitäten: Kollaboration, Arbeiten an komplexen Aufgaben im Team, Vernetzungs- und Beziehungsfähigkeit. Die Fähigkeit, zusammen zu leben, eine der wichtigsten Zukunftskompetenzen, erwirbt man beim Zusammenleben. Häufig werden Kinder in der Schule jedoch früh zu Gewinner\*innen und Verlierer\*innen und nicht zu Meister\*innen ihrer Talente. Die schädlichen Auswirkungen für Kinder werden angesichts dieses „Optimierungswahns“ oft nicht wahrgenommen. Die Begeisterung fürs Lernen, die Neugier, die Motivation gehen verloren. Schule, wie sie heute vielerorts organisiert ist, greift in den intuitiven, spontanen Lernprozess ein, stört ihn, erzeugt Über-Erwartungen, Leistungsdruck, Angst, Stress und Verunsicherung – bei allen Beteiligten.

Der Bildungs- und Gesundheitswissenschaftler Klaus Hurrelmann (2010) bringt es auf den Punkt: Viele der gesundheitlichen Probleme von Lernenden sind mit dem System Schule verbunden. Doch statt Ursachen im System zu hinterfragen, erschallt der Ruf nach immer mehr psychologischem und psychotherapeutischem Personal, das die Kinder „diagnostizieren“ und „reparieren“ soll. Doch das Potenzial der Psychologie, soziale Umwelten gesund und entwicklungsfördernd zu gestalten, wird dabei sträflich missachtet, während die psychologischen Möglichkeiten, Menschen an ungesunde Umwelten anzupassen oder sie für diese robuster zu machen, überschätzt werden.

Würde in die Schulen stärker eine Kultur Einzug halten, die auf gesunden sozialen Beziehungen basiert, würden Ängste und andere unangenehme Gefühle weniger werden. Wenn normierte Leistungsbewertung mit oftmals „heimlicher“ sozialer Bezugsnorm zugunsten von individuellem Feedback und Coaching fallen würde, wäre eine der stärksten Ursachen von Stress für Lernende, Eltern und Lehrkräfte behoben. Es braucht den Mut und die Bereitschaft, für solche grundlegenden systemischen Veränderungen einzustehen.

### 3.3.2 Das Neue zu wagen, erfordert Sinn

Wenn dann der Rahmen stimmt, kann es auch wieder besser um die Inhalte gehen: Bildung muss für die großen Herausforderungen, vor denen wir stehen, relevant sein. Mit der „Agenda 2030“ haben die Vereinten Nationen (2015) 17 globale Nachhaltigkeitsziele verabschiedet, die *Sustainable Development Goals* (SDGs). Sie sind wesentlich, um unsere Lebensbedingungen auf der Erde zu erhalten und ein friedliches, würdevolles Leben für alle zu sichern. Ziel 4 ist dabei sehr zentral mit seinem Fokus auf eine hochwertige inklusive Bildung.

Der *Nationale Aktionsplan Bildung für nachhaltige Entwicklung*, der in Deutschland 2017 durch die Nationale Plattform und die Bundesregierung verabschiedet wurde, greift die SDGs auf und fordert zu mutigen Schritten auf: Um die Agenda 2030 „zu verwirklichen, müssen wir umfassende und tiefgreifende gesellschaftliche Transformationen anstoßen und umsetzen. Bildung spielt in diesem Prozess eine Schlüsselrolle“ (Nationale Plattform BNE, 2017, S. 7). „Wir brauchen kreative Ideen, Visionen und Gestaltungsmut“ (S. 3).

Grundlage ist der Weltaktionsplan der UNESCO, der *eine ganzheitliche und transformative Bildung* fordert (Deutsche UNESCO-Kommission, 2015). Dabei geht es um einen „*whole school approach*“ – einen ganzheitlichen Ansatz, der neben der thematischen Auseinandersetzung mit den drängenden gesellschaftlichen Herausforderungen auf die Veränderung von Werten, Lernsettings und Strukturen in Bildungsinstitutionen fokussiert.

Das UNESCO-Folgeprogramm ESD 2030/BNE 2030 (UNESCO, 2021a) betont ausdrücklich, dass die kognitive Unterrichtsebene alleine nicht reicht, um Nachhaltigkeit nachhaltig zu vermitteln. Nach dem Prinzip „*Learn for our planet. Act for sustainability*“ werden Lernende deshalb aufgefordert, sich einzumischen in die Gesellschaft und strukturelle Veränderungen anzustoßen. Bildung muss in diesem Sinne politisch werden. BNE in Aktion ist im Grunde genommen Bürger\*in-Sein in Aktion.

Darüber hinaus geht es um Empathie, Solidarität und gemeinsame Aktionsfähigkeit. *Die Herzen bilden, die Menschen empoweren* – oder in pädagogisch-psychologischen Begriffen ausgedrückt: *Wertebildung und Wirksamkeitserfahrungen* sind Pfeiler nachhaltigen Lernens. Die Berliner Erklärung, die im Mai 2021 im Rahmen des internationalen Kongresses der Bildungsminister\*innen vieler Länder verabschiedet wurde, mahnt vor diesem Hintergrund neben der enormen Dringlichkeit vor allem die Beziehungsebene an (UNESCO, 2021b).

Lernformate, die auf diesen Pfeilern aufbauen, vermitteln Umweltwissen nicht auf die klassische Weise schulischen Lernens, sondern bieten – im Rückgriff auf vorhandenes Vorwissen – „praxisorientiert und fächerübergreifend Raum für selbstgesteuertes ‚Learning by Doing‘ in der Gruppe und gleichzeitig für die individuelle Persönlichkeitsentwicklung“ Umweltfreundliche Normen, Werte und Botschaften können so „aus der Gruppe der SchülerInnen selbst heraus Wirkung entfalten“ (Peter & Kantrowitsch, 2021, S. 15).

### 3.3.3 Bildung neu denken, und zwar nachhaltig

Somit gibt es für den Bildungssektor den Auftrag, Bildung neu zu denken. Die Initiative „Schule im Aufbruch“ verfolgt genau dieses Ziel. Doch solche und andere Initiativen stoßen auf Rahmenbedingungen, die ein – im doppelten Sinne – nachhaltiges Lernen derzeit noch erschweren, allen voran die durchgeplanten Stundenpläne, der große Verwaltungsaufwand an Schulen und die starke Belastung der Lehrkräfte. Wesentliche Aspekte der Bildung für nachhaltige Entwicklung – so ein Ergebnis des Nachhaltigkeitsbarometers 2015 – bleiben im Sinne eines zukunftsweisenden Ansatzes in der Schule unerfüllt (Michelsen, Grunenberg, Mader & Barth, 2016). Das Nachhaltigkeitsbarometer 2021 zeigt zudem, dass sich eine Mehrheit der Lernenden durch ihre schulische Bildung wenig bis gar nicht gut auf die Herausforderungen der Zukunft vorbereitet sieht (Kress, 2021).

Es ist wichtig zu verstehen, dass BNE kein Zusatz ist, der im Schulalltag noch hinzukommt. BNE bedeutet, Nachhaltigkeit zum ganzheitlichen Bestandteil eines neuen Schulalltags zu machen: Multidisziplinäre Teams und digitale Werkzeuge helfen in vielfältiger Weise beim Finden kreativer Lösungen für die Herausforderungen der Zeit. Schulen werden Werk-Stätten, Wirk-Stätten, Inspirations-Stätten. Junge Menschen tragen ihre Ideen und ihr Wissen in die Kommunen, geben Anstöße und werden beteiligt an Projekten nachhaltiger Stadtentwicklung. Das Interesse an Naturwissenschaften, Informatik, Technik steigt durch das Eingebundensein in sinnvolles Handeln enorm, besonders bei den Mädchen.

In Lern-Landschaften sind *viele* Menschen „Lehrkraft“: Studierende sind eingebunden, ebenso Senior\*innen, Social-Impact-Hubs, Maker-Garagen, Künstler\*innen, NGOs, Menschen mit ihren Expertisen und Leidenschaften – und natürlich die Natur mit all ihren Schätzen. Seminare zu gewaltfreier Kommunikation, Tiefenökologie und Achtsamkeitspraktiken sind strukturell verankert, wie auch künstlerisch-kulturelle Bildung mit ihrer transformativen Kraft. Es kommt so in die Breite der Gesellschaft, wie bedeutsam es ist, dass Kinder und Jugendliche Selbstwirksamkeit erfahren: sich selbst als wirksam zu erleben und die eigene Wirksamkeit als etwas Selbstverständliches zu erwarten. Und dass junge Menschen die Fähigkeit entwickeln, mit Unsicherheiten konstruktiv umzugehen. Dass es darum geht, Zuversicht und Aufbruch zu erleben statt Resignation, Zynismus, Verdrängung.

### 3.3.4 Schulen als Möglichkeitsräume

Die aktuelle Forschung zeigt: Zuversicht ist ein zentraler Schlüssel für den gesamtgesellschaftlichen Umbau in Richtung Nachhaltigkeit (Grund & Brock, 2019). Die Überzeugung, dass eine nachhaltige Zukunft erreichbar ist, hat wesentlichen Einfluss auf das tatsächliche Handeln. Für den Aufbau von Zuversicht braucht es Erfahrungen von Selbstwirksamkeit, vertrauenswürdige und verlässliche Vorbilder sowie Räume und Ressourcen für gemeinsames Schaffen. Schulen als Gelegenheitsstrukturen und Möglichkeitsräume können Orte sein, an denen diese drei Grundbedingungen zusammenkommen.

Doch große Visionen brauchen erste Schritte in die Breite. Ein Vorschlag zur Etablierung von Gelegenheitsstrukturen und Möglichkeitsräumen, den alle Schulen, aber auch andere Bildungsinstitutionen schnell umsetzen können, stellt der FREI-DAY dar (Rasfeld, 2021). Dieses Lernformat von „Schule im Aufbruch“

nimmt die Anliegen der Fridays-for-Future-Bewegung auf und schafft strukturell verankerte Freiräume im ansonsten dicht getakteten Alltag. Es bringt die Themen Klima- und Naturschutz sowie Nachhaltigkeit somit von der Straße zurück in die Schule und schafft dort einen festen Platz.

Der Nationale Aktionsplan (Nationale Plattform BNE, 2017, S. 85) fordert genau zu solchen Formaten auf: „Überformalisierte Strukturen sollen gelockert werden, da diese durch zu enge Vorgaben wie ein ‚Korsett‘ der Selbstentfaltung eines Einzelnen im Wege stehen“. In allen Bildungssettings sind „unverzweckte ‚Freiräume‘ [...] strukturell zu verankern“. Schulen sollen „Freiräume für die Ausbildung von Gestaltungskompetenzen [...], die Partizipation, selbstständiges Lernen und kreatives Gestalten ermöglichen“. „Dieses Engagement ist essenziell für die Teilhabe und Gestaltung von Zukunftsfragen.“

Die wichtigen Fragen der Welt-Entwicklung gehen nicht in Fächern auf. Sie sind generelle, substantielle Lern- und vor allem auch Tat-Felder. Sie brauchen also einen fächerübergreifenden Rahmen, den zum Beispiel der FREI-DAY bietet. So können die notwendigen Freiräume geschaffen werden für (selbst-) wirksames Handeln vor Ort in Schule und Gemeinde, für aktuelle Forschungen und Fragestellungen, Plenumsdiskussionen, das Entwerfen von Zukunftsideen, Schul- und öffentliche Versammlungen, das Teilen von Good News, für Menschen mit Botschaften. Und viele außerschulische Partner\*innen können die Schulen darin unterstützen.

### **3.3.5 Aufbruch, Umbruch, Wandel – Zusammen wirksam werden**

Viele Menschen haben Sehnsucht nach mehr Menschlichkeit, Resonanz, anderen Formen der Begegnung und Kommunikation. Wenn der Raum dafür gegeben wird, öffnen sich die Herzen, nehmen Menschen sozialen Kontakt zueinander auf und kommen ins empathische Miteinander. Überall: in Schulkollegien, bei Schulleitungen, Eltern, in Unternehmen und auch in Behörden. Die Zeit ist reif für Musterunterbrechungen. Wenn sich der Sinn von Schule ändert, verändern sich die Rollen aller. Es ist sinnvoll, diese neuen Rollen gemeinsam zu entwerfen, bestehende Hierarchien und Ressortgrenzen dabei zu überwinden.

Neben den neuen Rollen müssen auch Themen zusammengedacht werden, zum Beispiel die Klimakrise mit den anderen ökologischen Krisen, mit Digitalisierung und demokratischen Prozessen sowie den ungelösten sozialen Fragen und Heterogenität. Kinder und Jugendliche sollten unbedingt dabei sein und echte Partizipation erleben, nicht nur weil es ihre Zukunft betrifft, sondern auch weil sie andere Denkweisen einbringen. Sie verändern zudem fundamental die Arbeitsatmosphäre und haben die Kraft, die Menschen emotional zu erreichen.

Dringend muss sich auch die *Ausbildung der Lehrkräfte* ändern. Persönlichkeitsentwicklung, Beziehungslernen, gewaltfreie Kommunikation und Haltung gehören in den Mittelpunkt pädagogisch-didaktischer Ausbildungsinhalte. Universitäten müssen sich stärker dafür öffnen. Und auch in der Fachausbildung sollte Nachhaltigkeit eine angemessene und zeitgemäße Berücksichtigung finden.

### 3.3.6 Eine neue Rolle für die Psychologie

Was wir hier skizzieren, ist Teil einer notwendigen gesellschaftlichen Transformation, einer systemischen Entwicklung, die uns vor nichts weniger als vor einem sozial-ökologischen Kollaps bewahren soll. Und Psycholog\*innen sind eigentlich Expert\*innen für systemische Entwicklung, für die Einbettung von Menschen und Gruppen in soziale Netzwerke und Umwelten mit ihren Merkmalen und Verbindungen. Doch werden Psycholog\*innen auch als solche wahrgenommen?

Noch viel zu oft werden Fachkräfte mit psychologischer oder psychotherapeutischer Expertise gerufen, wenn Menschen scheinbar nicht funktionieren, in ihrem System Reibungen und Konflikte verursachen, weniger leistungsfähig oder gar krank werden. Und anstatt diese Rufe als Symptome „ungesunder“, dysfunktionaler Systeme oder ihrer Teile und Regeln zu betrachten, konzentriert sich die psychologische Kompetenz noch viel zu oft auf „Reparaturarbeiten in einer ungesunden, stressreichen Wirklichkeit“ (Simons, Schulze, Peter, Heyne & Schörk, 2021, S. 312).

In vielen Fällen ist die psychologische Unterstützung unabdingbar, um Leid zu lindern und Entwicklung zu ermöglichen. Doch die fachliche Expertise gibt noch viel mehr her (und viele sind hier tatsächlich schon aufgebrochen). Und auch die Berufsethik gebietet es geradezu, „Schaden von Menschen abzuhalten und sich für umfängliche Prävention einzusetzen“ (Simons et al., 2021, S. 312.). Indem sich die Psychologie aus der systemischen Perspektive für eine gesellschaftliche Kultur und für Lebensbedingungen einsetzt ebenso wie für ökonomische Strukturen, die Menschen möglichst wenig Schaden zufügen, die sie in ihrer Selbstwirksamkeit ebenso wie in ihrem Gemeinsinn stärken, kann sie einen entscheidenden Beitrag für mehr Nachhaltigkeit leisten. Dies fordert auch der BDP als Berufsverband in seiner Stellungnahme zur Nutzung der psychologischen Expertise als Grundlage für die Bewältigung der Klimakrise (BDP, 2021).

So kann psychologische Expertise daran mitwirken, dass soziale Infrastrukturen resilienter werden. Das heißt, dass sie es in Krisen besser ermöglichen, die Gesundheit und Handlungsfähigkeit von Menschen zu schützen und aufrechtzuerhalten. Das heißt auch, dass sie es Menschen ermöglichen, notwendige gesellschaftliche Transformationen anzustoßen, zu begleiten, mitzumachen und auch individuell zu bewältigen. Es heißt ebenso, dass sie sich selbst weiterentwickeln und Krisen vorbeugen. Und dass Menschen mit ihrer Unterstützung selbst resilienter werden, also beispielsweise selbstwirksamer und handlungssicherer, reflektierter und sozialer im Umgang mit anderen Menschen sowie achtsamer im Umgang mit den eigenen Bedürfnissen und Gefühlen (Peter, MacIntyre, Aufhammer & Avci-Werning, 2021).

Eine systemisch ausgerichtete psychologische Beratung kann beispielsweise Schulen, aber auch andere Institutionen darin unterstützen, zu einer wegweisenden sozialen Infrastruktur mit Vorbildcharakter in Sachen Nachhaltigkeit zu werden – und zu regelrechten Resilienz-Zentren mit gesellschaftlichem Impact. *Resilienzbildung* ist schließlich ebenso wenig nur ein „Add-on“ für schulische Bildung, wie es Nachhaltigkeitsbildung ist. Im besten und wirksamsten Falle sind beide Säulen Schulen und anderen Bildungsinstitutionen immanent, bilden gemeinsam die Grundlagen und nicht allein die zu lernenden Inhalte von

institutioneller Bildung und Entwicklung. In diesem Sinne ist das Motto „Mehr Psychologie in die Schulen!“ vor allem so zu verstehen, dass Psycholog\*innen und Pädagog\*innen im Bildungswesen in ihrer Rolle als (Schul-)Entwicklungs-, Resilienz- und Nachhaltigkeits-Agent\*innen gestärkt werden.

---

## Literatur

- BDP (2021).** *Klimaschutz ist Gesundheits- und Bevölkerungsschutz. Psychologische Expertise als Grundlage für die Bewältigung der Klimakrise nutzen.* Stellungnahme des Berufsverbandes Deutscher Psychologinnen und Psychologen e. V. (BDP). Verfügbar unter: [https://www.bdp-verband.de/binaries/content/assets/politische-positionen/2021/20211006\\_bdp\\_stellungnahme\\_psychologie-und-klima.pdf](https://www.bdp-verband.de/binaries/content/assets/politische-positionen/2021/20211006_bdp_stellungnahme_psychologie-und-klima.pdf)
- Deutsche UNESCO-Kommission (2015).** *UN-Dekade mit Wirkung – 10 Jahre „Bildung für nachhaltige Entwicklung“* in Deutschland. Koordinierungsstelle der UN-Dekade „Bildung für nachhaltige Entwicklung“. Verfügbar unter: <https://www.bne-portal.de/bne/shareddocs/downloads/files/duk-un-dekade-mit-wirkung.pdf>
- Grund, J. & Brock, A. (2019).** Why we should empty pandora's box to create a sustainable future: Hope, sustainability and its implications for education. *Sustainability*, 11(3), 893. <https://doi.org/10.3390/su11030893>
- Homer-Dixon, T., Renn, O., Rockstrom, J., Donges, J. F. & Janzwood, S. (2021).** *A call for an international research program on the risk of a global polycrisis.* SSRN Scholarly Paper Nr. 4058592. <https://doi.org/10.2139/ssrn.4058592>
- Hurrelmann, K. (2010).** *Welche Unterstützung brauchen Schulen bei der Gesundheitsförderung?* 2. Forum Gesundheit und Schule, Schule unterstützen – Qualität entwickeln, Hannover. Verfügbar unter: [https://www.dieinitiative.de/wp-content/uploads/2016/02/klaushurrelmann\\_abstract.pdf](https://www.dieinitiative.de/wp-content/uploads/2016/02/klaushurrelmann_abstract.pdf)
- Kasser, T. (2003).** *The high price of materialism.* Cambridge, MA: The MIT Press.
- Kress, D. (2021).** *Greenpeace Nachhaltigkeitsbarometer 2021 – Wir sind bereit und wollen endlich eine nachhaltige Zukunft!* Greenpeace. Verfügbar unter: [https://www.greenpeace.de/publikationen/20220513\\_GP\\_Nachhaltigkeitsbarometer\\_0.pdf](https://www.greenpeace.de/publikationen/20220513_GP_Nachhaltigkeitsbarometer_0.pdf)
- Michelsen, G., Grunenberg, H., Mader, C. & Barth, M. (2016).** *Greenpeace Nachhaltigkeitsbarometer 2015 – Nachhaltigkeit bewegt die jüngere Generation.* Greenpeace. Verfügbar unter: [https://www.greenpeace.de/publikationen/nachhaltigkeitsbarometer-2015-zusammenfassung-greenpeace-20160113\\_0.pdf](https://www.greenpeace.de/publikationen/nachhaltigkeitsbarometer-2015-zusammenfassung-greenpeace-20160113_0.pdf)
- Nationale Plattform BNE (2017).** *Nationaler Aktionsplan Bildung für nachhaltige Entwicklung. Der deutsche Beitrag zum UNESCO-Weltaktionsprogramm.* Bundesministerium für Bildung und Forschung. Verfügbar unter: [https://www.bmbf.de/bmbf/shareddocs/downloads/files/nationaler\\_aktionsplan\\_bildung\\_fuer\\_nachhaltige\\_entwicklung.pdf](https://www.bmbf.de/bmbf/shareddocs/downloads/files/nationaler_aktionsplan_bildung_fuer_nachhaltige_entwicklung.pdf)

- Peter, F. & Kantrowitsch, V. (2021).** Psychologische Grundlagen schulischer Nachhaltigkeitsbildung. Menschenbilder, psychische Mechanismen und Schulen als Resilienz-Zentren. *Handbuch der Schulberatung*, 9, 1–32 (Abschnitt 5.6.10).
- Peter, F., MacIntyre, S., Aufhammer, F. & Avci-Werning, M. (2021).** Schulen in der Pandemie – Resilienz als Bildungsziel. Warum wir die Widerstandskräfte von Schulen stärker in den Blick nehmen müssen. *Report Psychologie*, 46(4), 8–11.
- Rasfeld, M. (2021).** *FREI DAY. Die Welt verändern lernen! Für eine Schule im Aufbruch*. München: oekom.
- Schwartz, B. (1994).** *The costs of living: How market freedom erodes the best things in life*. New York, NY: WW Norton & Co.
- Simons, K., Schulze, M., Peter, F., Heyne, K. & Schörk, C. (2021).** Werdet politischer! Die besondere Verantwortung von Psychologie, Psychotherapie und deren Berufsorganisationen in der Klimakrise. In L. Dohm, F. Peter & K. van Bronswijk (Hrsg.), *Climate Action – Psychologie der Klimakrise: Handlungshemmnisse und Handlungsmöglichkeiten* (S. 297–320). Gießen: Psychosozial-Verlag. <https://doi.org/10.30820/9783837978018-297>
- UNESCO (2021a).** *Bildung für nachhaltige Entwicklung: Die globalen Nachhaltigkeitsziele verwirklichen (BNE 2030). Rahmenprogramm für die Umsetzung von Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE) für die Zeit über 2019 hinaus*. UNESCO 40C/23 (Anhang II), Arbeitsübersetzung der Deutschen UNESCO-Kommission. Verfügbar unter: [https://www.unesco.de/sites/default/files/2021-05/BNE%202030\\_Rahmenprogramm\\_Text\\_Deutsch.pdf](https://www.unesco.de/sites/default/files/2021-05/BNE%202030_Rahmenprogramm_Text_Deutsch.pdf)
- UNESCO (2021b).** *Berliner Erklärung zur Bildung für nachhaltige Entwicklung*. UNESCO world conference on education for sustainable development. Verfügbar unter: <https://www.unesco.de/sites/default/files/2021-05/Berliner%20Erkl%C3%A4rung%20f%C3%BCr%20BNE.pdf>
- Vereinte Nationen (2015).** *Transformation unserer Welt: Die Agenda 2030 für nachhaltige Entwicklung*. Resolution der Generalversammlung, verabschiedet am 25. September 2015. Verfügbar unter: <https://www.un.org/Depts/german/gv-70/band1/ar70001.pdf>

---

## 4. BEITRÄGE AUS FACHBEREICHEN DES BDP

*Julia Scharnhorst*

### 4.1 WIE STEHT DIE GESUNDHEITSPSYCHOLOGIE ZUM KLIMAWANDEL?

Die Wahrnehmung des Klimawandels als globale Bedrohung kann psychologische Auswirkungen haben. Die *psychischen Folgen* des Klimawandels reichen von mildem Stress bis hin zu chronischem Stresserleben und deutlichen Störungen der psychischen Gesundheit. Eine Umfrage der American Psychological Association hat ergeben, dass ca. 50 % der Amerikaner\*innen den Klimawandel als eine relevante Stressquelle erleben (Clayton, Manning, Krygsman & Speiser, 2017). Solche Emotionen können zu psychischen Belastungen führen und die psychische Gesundheit beeinträchtigen. Der Begriff der „Eco-Anxiety“ beschreibt das Phänomen von Angstzuständen im Zusammenhang mit Umweltproblemen, wie sie durch den Klimawandel verursacht werden.

Viele Menschen leiden unter Gefühlen der Schuld und Hilflosigkeit, unter Ärger und Verlustängsten. Insbesondere das Gefühl, den Entwicklungen hilflos ausgeliefert zu sein, kann zu verschiedenen negativen Gefühlszuständen und Reaktionen führen.

Auf der anderen Seite bringt der Klimawandel einen immer größeren *Verlust von Ressourcen* zur Stressbewältigung, psychischen Stabilität und Wohlbefinden. So kann Naturerleben signifikant zur Stressreduktion beitragen, ebenso wie Sport in der Natur oder Urlaub in schönen Landschaften.

#### 4.1.1 Wie ist die Rolle der Gesundheitspsychologie bei der Bewältigung der Klimakrise?

Ein wichtiges Ziel ist die Verhaltensänderung im Hinblick auf umweltfreundliches Verhalten. Die Gesundheitspsychologie kann psychologische Modelle anwenden, um zu verstehen, wie Menschen ihr Verhalten in Bezug auf den Klimawandel ändern können. Indem die Gesundheitspsycholog\*innen Menschen in verschiedenen Stadien der Veränderung erkennen und gezielte Interventionen anbieten, können sie sie dabei unterstützen, umweltfreundlichere Entscheidungen zu treffen, wie beispielsweise den Umstieg auf erneuerbare Energien oder die Reduzierung des persönlichen CO<sub>2</sub>-Fußabdrucks.

Die Gesundheitspsychologie nimmt einzelne Menschen in den Blickpunkt und achtet sowohl auf das psychische Wohlbefinden als auch auf das individuelle Verhalten. Wenn man die Einflussfaktoren auf individuelles Verhalten und persönliche Entscheidungen kennt, kann man nicht nur auf der politischen Ebene Veränderungen erzielen, sondern auch das Verhalten einzelner Menschen hin zu mehr Klimafreundlichkeit beeinflussen.

Gesundheitspsycholog\*innen sind Expert\*innen in Sachen Verhaltensänderung (z. B. Energie sparen, Konsum reduzieren, Mobilität und Ernährung verändern). Die Gesundheitspsychologie kann über die effektivsten Methoden zur Änderung des eigenen Verhaltens hin zu mehr Klimafreundlichkeit im Alltag hinweisen und die Menschen ermutigen, ihr alltägliches Verhalten zu verändern.

Die Gesundheitspsychologie kann dazu beitragen, die Einflüsse des Klimawandels auf das Wohlbefinden und die psychische Gesundheit der Menschen der Öffentlichkeit und den Entscheidungsträger\*innen bewusst zu machen. Damit können die psychologischen Auswirkungen der Klimakrise dann auch in politischen Entscheidungen besser berücksichtigt werden.

Die Gesundheitspsychologie kann auch bei der Gestaltung effektiver *Kommunikationsstrategien* eine wichtige Rolle spielen, um das Bewusstsein für die Klimakrise zu erhöhen. Durch die Verwendung von gezielten Botschaften, die auf psychologische Faktoren wie Emotionen, Werte und soziale Normen abzielen, kann die Gesundheitspsychologie dazu beitragen, dass die Bedeutung des Klimaschutzes besser verstanden und von einer breiten Bevölkerung akzeptiert wird. Eine gute und hilfreiche Kommunikation über die Klimakrise und die nötigen individuellen und gesellschaftlichen Veränderungen, kann dabei helfen, individuelle und gesellschaftliche Entscheidungen zu beschleunigen und zu verbessern.

Die *Stärkung der Resilienz* gegenüber der Klimakrise ist entscheidend, um Menschen, Gemeinschaften und Gesellschaften besser darauf vorzubereiten und sie besser darauf reagieren zu lassen. Mithilfe der Gesundheitspsychologie kann die Resilienz sowohl von Einzelpersonen als auch von Gruppen und Gemeinschaften gestärkt werden. Die Resilienz dient als Vorsorge bei klimabedingten extremen Wetterereignissen, denn diese führen zu mehr psychischen Störungen und unsozialem Verhalten (geschlechterbezogene Gewalt, posttraumatische Belastungsstörungen, Suizid, Aggression, Depression, verstärkte Trauerreaktionen und Ängste). Ca. 30 % der von extremen Wetterereignissen betroffenen Personen sind gefährdet. Auch die Weltgesundheitsorganisation (WHO) stellt fest, dass der Klimawandel ein ernsthaftes Risiko für die psychische Gesundheit und das Wohlbefinden der Menschen darstellt. Um nicht von der Größe des Problems überwältigt zu werden und sich hilflos ausgeliefert zu fühlen, ist es wichtig, Optimismus zu entwickeln, eigene Handlungsmöglichkeiten zu finden und sich Unterstützung zu holen, z. B. in Gruppen aktiv zu werden.

Gemeinschaftliches Engagement kann ein Bestandteil dieser Resilienzförderung sein. Indem Menschen eine pro-umweltfreundliche Identität entwickeln und sich mit einer Gemeinschaft identifizieren, die sich aktiv für den Umweltschutz einsetzt, kann die Gesundheitspsychologie den Zusammenhalt stärken und das gemeinsame Handeln für eine nachhaltigere Zukunft fördern.

Resilienz beinhaltet auch die Fähigkeit, sich an sich verändernde Bedingungen *anzupassen* und *flexibel* auf neue Herausforderungen zu reagieren. Die Förderung von Anpassungsfähigkeit und Flexibilität kann dazu beitragen, dass Menschen und Gemeinschaften besser auf unvorhersehbare Ereignisse reagieren können.

*Fazit:* Die Gesundheitspsychologie kann einen wertvollen Beitrag zur Bewältigung der Klimakrise leisten, indem sie sich auf die psychologischen Aspekte konzentriert, die mit dem Klimawandel verbunden sind. Durch die Untersuchung von Eco-Anxiety, Verhaltensänderungen, sozialer Identität und effektiver Kommunikation kann die Gesundheitspsychologie dazu beitragen, dass die Menschen besser mit den Herausforderungen des Klimawandels umgehen können und gemeinsam Maßnahmen ergreifen, um eine nachhaltige und gesunde Zukunft zu gestalten.

#### **4.1.2 Dringender Handlungsbedarf bei der Klimakrise aus Sicht der Gesundheitspsychologie**

- *Bildung und Bewusstseinsbildung:* Eine der wichtigsten Maßnahmen besteht darin, die Bevölkerung über die Auswirkungen des Klimawandels zu informieren und das Bewusstsein für mögliche Risiken und Herausforderungen zu schärfen. Bildungsprogramme können Menschen dazu befähigen, die Zusammenhänge zwischen ihrem Verhalten und den Auswirkungen auf die Umwelt besser zu verstehen.
- *Förderung von umweltfreundlichem Verhalten:* Die Gesundheitspsychologie kann dabei helfen, umweltfreundliches Verhalten zu fördern, indem sie Interventionen entwickelt, die auf Verhaltensänderungen abzielen. Dazu gehören beispielsweise die Förderung von öffentlichen Verkehrsmitteln und Fahrgemeinschaften, der Einsatz erneuerbarer Energien und das Recycling.
- *Psychologische Unterstützung und Resilienzstärkung:* Angesichts der emotionalen Belastung durch den Klimawandel ist es wichtig, psychologische Unterstützung anzubieten, um mit Ängsten und Sorgen umzugehen. Resilienz stärkende Programme können dazu beitragen, dass Menschen und Gemeinschaften besser mit den Herausforderungen des Klimawandels umgehen können.
- *Gemeinschaftliches Engagement und soziale Unterstützung:* Die Gesellschaft kann Plattformen für gemeinschaftliches Engagement schaffen, um das Gefühl der Zugehörigkeit und des Zusammenhalts zu fördern. Gemeinschaften, die sich für den Klimaschutz einsetzen, können wirksamer Maßnahmen ergreifen und sich gegenseitig unterstützen.
- *Förderung nachhaltiger Lebensstile:* Die Gesundheitspsychologie kann dazu beitragen, nachhaltige Lebensstile zu fördern, die weniger Ressourcen verbrauchen und die Umwelt weniger belasten. Dies kann durch gezielte Beratung, Sensibilisierungskampagnen und die Schaffung umweltfreundlicher Infrastrukturen erreicht werden.
- *Politisches Engagement und Advocacy:* Die Gesellschaft kann politische Unterstützung für umweltfreundliche Politiken und Maßnahmen leisten. Es ist wichtig, sich politisch zu engagieren, um den Klimawandel auf nationaler und internationaler Ebene anzugehen und politische Entscheidungsträger\*innen zur Verantwortung zu ziehen.
- *Forschung und Evaluation:* Die Gesundheitspsychologie kann eine wichtige Rolle bei der Erforschung und Bewertung von Interventionen spielen, um herauszufinden, welche Ansätze am effektivsten sind, um den Klimawandel zu bewältigen. Durch kontinuierliche Forschung können wir die Effektivität unserer Maßnahmen verbessern und auf aktuelle Entwicklungen reagieren.

### 4.1.3 Empfehlungen an die Politik

- *Förderung von Forschung und Bildung: Die Politik sollte die Forschung zum Klimawandel und seinen Auswirkungen unterstützen und Bildungsprogramme entwickeln, um das Bewusstsein für den Klimawandel zu schärfen. Forschungsergebnisse können als Grundlage für evidenzbasierte Politikentscheidungen dienen.*
- *Psychologische Erkenntnisse in Kommunikation und Maßnahmen einbeziehen, z. B. nicht nur auf Fakten und wissenschaftliche Erkenntnisse eingehen, sondern auch auf Gefühle und psychologische Reaktionen und Möglichkeiten individueller Beteiligung bei der Bekämpfung des Klimawandels hinweisen.*
- *Psychologische Erkenntnisse im Umgang mit Leugner\*innen des Klimawandels mit einbeziehen.*
- *Menschen helfen, Desinformation und falsche Berichte zum Thema Klimawandel zu erkennen.*
- *Schaffung psychologischer Unterstützungssysteme: Die Politik sollte psychologische Unterstützungssysteme etablieren, um mit den psychischen Belastungen und Ängsten im Zusammenhang mit dem Klimawandel umzugehen. Dies kann in Form von Beratungs- und Therapieangeboten erfolgen, die auf die spezifischen Bedürfnisse der Betroffenen zugeschnitten sind.*
- *Förderung von Gemeinschaftsengagement: Die Politik sollte Gemeinschaftsengagement und Zusammenhalt fördern, um gemeinsame Lösungen für den Klimawandel zu entwickeln. Dies kann durch die Schaffung von Plattformen für den Dialog und die Zusammenarbeit zwischen der Regierung, der Zivilgesellschaft und anderen Akteur\*innen erreicht werden. Aktivitäten von Gruppen gegen den Klimawandel, die sich auf die lokale Ebene beziehen, z. B. Gruppen in Gemeinden oder Betrieben, sollten unterstützt werden.*
- *Berücksichtigung von Vulnerabilität und Gerechtigkeit: Die Politik sollte bei ihren Maßnahmen zur Bewältigung der Klimakrise die Bedürfnisse und die Vulnerabilität unterschiedlicher Bevölkerungsgruppen berücksichtigen. Es ist wichtig, gerechte Lösungen zu entwickeln, die diejenigen unterstützen, die am stärksten von den Auswirkungen des Klimawandels betroffen sind.*
- *Es muss ein nationaler Plan entwickelt werden, wie auf mittelfristige Sicht die Resilienz der Menschen verbessert werden kann, um angemessen und möglichst produktiv mit den Stressbelastungen durch den Klimawandel umgehen zu können. Dieser nationale Resilienzplan muss alle gesellschaftlichen Strukturen einbeziehen (Politik, Bildung, Gesundheits- und Sozialwesen, Infrastruktur usw.).*

Durch die Umsetzung dieser Empfehlungen kann die Politik eine proaktive Rolle bei der Bewältigung der Klimakrise spielen und den Weg zu einer nachhaltigeren und gesünderen Zukunft ebnen. Die Gesundheitspsychologie kann dabei als wertvolle Quelle für psychologische Erkenntnisse und evidenzbasierte Interventionen dienen, um das Gesundheitsbewusstsein in Bezug auf den Klimawandel zu stärken und nachhaltige Verhaltensänderungen zu fördern.

---

## Literatur

**Clayton, S., Manning, C. M., Krygsman, K. & Speiser, M. (2017).** *Mental health and our changing climate: Impacts, implications, and guidance.* American Psychological Association, and ecoAmerica. Retrieved from <https://www.apa.org/news/press/releases/2017/03/mental-health-climate.pdf>

## 4.2 KLIMA, PSYCHOLOGIE UND KINDERRECHTE

### 4.2.1 Psychologische Bedeutung der Umweltgestaltung

Der Klimawandel stellt eine der bedeutendsten Herausforderungen unserer Zeit dar, welche von Greta Thunberg (2022) als „die größte Geschichte der Welt“ beschrieben wird. Diese erfordert, aktiv zu handeln, um den Ausgang dieser Geschichte zu verändern.

Die Gestaltung der Umwelt hat einen erheblichen Einfluss auf die psychische Gesundheit der Menschen. Das Umweltbundesamt (2017) betont, dass eine positiv gestaltete Umwelt zur Reduzierung des Belästigungsempfindens und zur Verbesserung der Lebensqualität beiträgt.

Diese Erkenntnis ist besonders wichtig, wenn es um die Schaffung einer kindgerechten Umwelt geht, wie sie auch in der UN-Kinderrechtskonvention (UN-KRK, 1989) verankert ist. Laut dieser haben Kinder das Recht auf die Gestaltung einer kindgerechten Umwelt. Deutschland kindgerecht zu gestalten, bedeutet demnach, dass alle Aspekte der Beteiligung von Kindern Berücksichtigung finden.

### 4.2.2 Beteiligung von Kindern und Umsetzung der Kinderrechte

In diesem Kontext ist es wichtig, die psychologischen Auswirkungen des Klimawandels auf Kinder in den Blick zu nehmen und zu verstehen, wie Klimaschutz und Kinderrechte miteinander verbunden sind. Kinder, definiert als „Menschen, die das 18. Lebensjahr noch nicht vollendet haben, sofern die Volljährigkeit nach dem auf das Kind anzuwendende Recht nicht früher eintritt“ (UN-KRK, Artikel 1, in Verbindung mit § 2 Bürgerliches Gesetzbuch), sollten die Möglichkeit haben, Einfluss zu nehmen, Verbindlichkeit zu erleben, institutionelle Kontexte zu schaffen und Diversität zuzulassen (Broda, 2023). Förderlich wird dieser Prozess dann, wenn alle Beteiligten entsprechend qualifiziert sind, die Abläufe transparent gestaltet und überprüfbar sind. Die Umsetzung der Kinderrechte und ihrer Zusatzprotokolle erfordert regelmäßige Überprüfungen durch die Vertragsstaaten der UN.

Die 26. Allgemeine Bemerkung des UN-Ausschusses für die Rechte der Kinder (United Nations Committee on the Rights of the Child, CRC, 2023) befasst sich mit Kinderrechten und Umwelt, betont die dringende Notwendigkeit, sich mit den negativen Auswirkungen des Klimawandels auf die Wahrnehmung der Kinderrechte zu befassen, und erläutert die Verpflichtungen der Staaten, sich mit Umweltschäden und dem Klimawandel auseinanderzusetzen. Dabei sind die Nutzung der digitalen Umwelt und eine einfache, kindgerechte Sprache Schlüssel zur Partizipation (Leite & Schubert, 2023).

Hierzu berichtet auch die Bundesregierung dem CRC regelmäßig mit dem „Staatenbericht der Bundesrepublik Deutschland zu dem Übereinkommen der Vereinten Nationen über die Rechte des Kindes“ über ihre Maßnahmen zur Umsetzung der Kinderrechte (Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, 2023).

In den „Allgemeinen Bemerkungen“ wurde der Bundesregierung eine lange Liste von Empfehlungen ausgesprochen. Der UN-Ausschuss zeigte sich hierbei „besorgt über die hohe Verbreitung von somatischen Störungen, Essstörungen und sonstigem selbstverletzendem Verhalten bei Kindern“ (CRC, 2023). Er empfahl zudem die Entwicklung gemeinschaftsnaher Angebote für die geistige Gesundheit sowie Beratung und Präventionsarbeit in Schulen, Heimen und alternativen Fürsorgeeinrichtungen, die frühzeitige und unabhängige Begutachtung von psychischen Gesundheitsproblemen und sonstigen Verhaltensproblemen sowie unter anderem eine sachgerechte, nicht medizinische, wissenschaftlich fundierte Unterstützung.

Zudem wurde die Bedeutung ambitionierter Klimaschutzmaßnahmen hervorgehoben, um die Rechte der Kinder zu schützen. Der Ausschuss empfiehlt, die Treibhausgasemissionen zu reduzieren. Bei der Umsetzung staatlicher Umweltschutzmaßnahmen sollen die Bedürfnisse und Sichtweisen von Kindern berücksichtigt werden. Politische Konzepte sollen daher dahin gehend bewertet werden, inwiefern sie bestimmte Schutzmechanismen für Kinder und deren angemessenen rechtlichen Schutz enthalten. Zudem sollen Schulen aktiv daran beteiligt werden, das Bewusstsein der Kinder für den Klimawandel und die Umweltgesundheit zu fördern, insbesondere im Hinblick auf ihr Recht auf ein erreichbares Höchstmaß an Gesundheit. Für die Umsetzung des „Nationalen Aktionsplans Bildung“ der Bundesregierung müssten entsprechend ausreichende Ressourcen zur Verfügung gestellt werden. Im nächsten Bericht erwartet der Ausschuss „Informationen zu den Maßnahmen [...] zur Entschärfung der Auswirkungen des Klimawandels auf Kinder“ (CRC, 2023).

#### **4.2.3 Klimaschutz ist Kinderschutz**

Der Klimawandel hat tiefgreifende Auswirkungen auf die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen, wobei 75 % der jungen Menschen weltweit die Zukunft als beängstigend empfinden und fast die Hälfte (45 %) angibt, dass ihre Klimaängste ihren Alltag und ihr Funktionieren beeinträchtigen (Hickman et al. 2021). In Deutschland berichten laut einer aktuellen Jugendstudie der Bundesregierung 88 % der 14- bis 22-jährigen Menschen von Trauer über Umweltzerstörung, 73 % haben Angst vor den Folgen des Klimawandels (Bundesministerium für Umwelt, Naturschutz, nukleare Sicherheit und Verbraucherschutz, 2021). Die Leidtragenden reagieren emotional, werden ängstlich und sind im jungen Alter besonders vulnerabel. Extremwetterereignisse, die durch den Klimawandel verstärkt werden, erzeugen selbst bei Erwachsenen existenzielle Ängste und schwere Belastungen (Maur, 2023).

Kinder und Jugendliche orientieren sich aufgrund ihres Alters stark an der Zukunft. Sie befinden sich in einer Phase rascher Entwicklung und sind in hohem Maße von ihren primären Bezugspersonen sowie von Autoritäten, wie Institutionen und der Politik, abhängig. Wird ihnen aus diesen Kontexten sozialer Zusammenhalt vermittelt, fördert dies ihre Teilhabe und trägt dazu bei, dass die von ihnen erfahrenen Belastungen besser reguliert werden können.

#### **4.2.4 Klimaethik und Generationengerechtigkeit**

Der Deutsche Ethikrat beschäftigt sich im Rahmen der Arbeitsgruppe „Klimaethik“ mit Fragen der Generationengerechtigkeit und der Verantwortung im Kontext des Klimawandels. Eine zentrale Frage

ist, ob es gerecht ist, wenn zukünftige Generationen die Probleme lösen müssen, die von der heutigen Generation verursacht wurden. Auch aus der Philosophie gibt es zahlreiche Forderungen nach größerer Generationengerechtigkeit. So betont beispielsweise Jörg Tremmel (2023), dass der Mensch als integraler Teil der Natur Verantwortung für sein Handeln gegenüber sich selbst und der Umwelt trage. Dieter Birnbacher (2023) fügt hinzu, dass der Mensch nicht nur an seine eigenen Interessen als Individuum denken dürfe, sondern stets die Auswirkungen seines Handelns auf andere und zukünftige Generationen reflektieren müsse, da sein Handeln oft indirekte oder zeitverzögerte Folgen haben könne. In seinem Buch *Das Prinzip Verantwortung* beschreibt Hans Jonas (Jonas, 1984), die Reflexionsaufgabe gelte insbesondere für die Folgen, die erst in der Zukunft existieren werden.

Der Beitrag eines Einzelnen zur Veränderung mag isoliert betrachtet gering erscheinen. Die Handlungsbereitschaft jedes Einzelnen wird jedoch oft unterschätzt, und es ist notwendig, soziale Normen zu etablieren, die die individuelle Wirksamkeit und die Bereitschaft zum Handeln fördern (Betsch, 2023).

Es steht die Frage im Raum, ob nicht bereits die ungleiche Verteilung des Ausstoßes von Treibhausgasen als ungerecht bezeichnet werden kann. Es bedarf politischer Maßnahmen und staatlicher Verantwortung (Birnbacher, 2023), um Strukturen zu schaffen, die positive Erwartungen bezüglich Veränderungen erhöhen. Diese Strukturen müssen so gestaltet sein, dass sie offen und transparent sind sowie in einer für die breite Bevölkerung verständlichen Sprache kommuniziert werden (Betsch, 2023).

#### **4.2.5 Ausblick und Forderungen**

Die Welt steht vor einer durch Klimawandel getriebenen Krise, deren Auswirkungen weitreichend sind und deren Lösung komplex ist. In der gegenwärtigen Diskussion über den Klimawandel wird oft die Perspektive eingenommen, dass ein Punkt erreicht ist, an dem Hoffnung auf eine vollständige Umkehr der Schäden schwindet. In diesem Kontext steht die Akzeptanz des Unveränderlichen im Fokus psychologischer Überlegungen. Menschen müssen in einer solchen Situation die Fähigkeit entwickeln, mit den Gegebenheiten zu leben und sich anzupassen (Staab, 2023). Diese reaktive Anpassung ist notwendig, um den Selbsterhalt zu sichern, und kann als idealisierter Fluchtpunkt im Sinne eines zur Selbstentfaltung dienenden Fortschritts verstanden werden.

Mit problemlösenden Gedanken, die sich auf die Zukunft ausrichten, wird suggeriert, dass es eine Zukunft geben wird. Dies wäre nur tröstlich für eine zukünftige Generation, wenn in diesen Gedanken bereits die Perspektive dieser Generation antizipiert wird. Stellt man sich Zukunft vor, in der die Klimakrise bewältigt ist, so müssten in der Gegenwart bereits wichtige Fragen gestellt werden:

Was ist ab sofort notwendig zu tun? Wer kann welche Ressourcen dafür zur Verfügung stellen? Was kann schließlich jede\*r Einzelne dazu beitragen?

Diese Fragen verlangen nach einer kollektiven Verantwortung, die sowohl individuelle als auch gemeinschaftliche Handlungsweisen einschließt. Die Menschheit trägt eine Verantwortung für die Zukunft der nachkommenden Generationen.

In der Betrachtung des Menschen als Teil der Natur und als Teil der Lösung für Probleme, die er selbst geschaffen hat, entsteht für ihn aufgrund seines Wissens darüber und seiner Macht ein Handlungszwang (Betsch, 2023). Mit bereits existierenden Technologien zur Entfernung von CO<sub>2</sub> aus der Atmosphäre und dessen Einlagerung in geeigneten Reservoirs erscheint ein dauerhafteres Emissionsmanagement möglich (Edenhofer, 2023).

Der Schutz der Kinderrechte und die Bewältigung des Klimawandels erfordern ein kollektives, interdisziplinäres Vorgehen. Ein „Zukunftsrat“ könnte eine Plattform bieten, um die Kompetenzen aus verschiedenen Bereichen zu bündeln und sicherzustellen, dass Kinder und Jugendliche so gefördert und ausgebildet werden, dass sie in der Lage sind, gerechte Verantwortung für kommende Generationen zu übernehmen. Politisches Engagement und die Schaffung klarer Strukturen sind notwendig, um die Herausforderungen des Klimawandels anzugehen und eine gerechtere Welt zu schaffen.

Trotz der Herausforderungen bleibt Optimismus angebracht. Es ist möglich, dass durch reaktive Anpassung und die gezielte Ausbildung zukünftiger Generationen Lösungen gefunden werden, die eine nachhaltige und gerechte Zukunft ermöglichen.

Ein interdisziplinärer Zukunftsrat sollte daher Antworten auf diese fundamentalen Fragen geben: In welcher Realität wird Gerechtigkeit wie erlebt? Wer kann zur Verantwortung gezogen werden? Und schließlich: Wie kann die Welt gerettet werden?

---

## Literatur

**Betsch, C. (2023, Februar).** *Raus aus der Individualisierungsfalle: Verhaltensänderung durch effektive politische Maßnahmen.* Statement, Öffentliche Anhörung „Gerechtigkeit und Verantwortung angesichts des Klimawandels“ des Deutschen Ethikrats, Berlin.

**Birnbacher, D. (2023, Februar).** *Verantwortung für zukünftige Generationen.* Statement, Öffentliche Anhörung „Gerechtigkeit und Verantwortung angesichts des Klimawandels“ des Deutschen Ethikrats, Berlin.

**Broda, D. (2023, März).** *Mitwirkung mit Wirkung.* Vortrag, Meet & Greet der National Coalition – Netzwerk Kinderrechte, Berlin.

**Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (2023).** *Fünfter und Sechster Staatenbericht der Bundesrepublik Deutschland zu dem Übereinkommen der Vereinten Nationen über die Rechte des Kindes.* Verfügbar unter: <https://www.bmfsfj.de/resource/blob/141860/d91e63e-3200a0174e64f1dd9ffd95ee9/5-und-6-staatenbericht-der-brd-zum-uebereinkommen-ueber-die-rechte-des-kindes-data.pdf>

- Bundesministerium für Umwelt, Naturschutz, nukleare Sicherheit und Verbraucherschutz (BMUV) (2021).** *Zukunft? Jugend fragen! Umwelt, Klima, Wandel – was junge Menschen erwarten und wie sie sich engagiere.* Verfügbar unter: [https://www.bmuv.de/fileadmin/Daten\\_BMU/Pool/Broschueren/zukunft\\_jugend\\_fragen\\_2021\\_bf.pdf](https://www.bmuv.de/fileadmin/Daten_BMU/Pool/Broschueren/zukunft_jugend_fragen_2021_bf.pdf)
- Edenhofer, O. (2023, Februar).** *Gerechtigkeit und Verantwortung angesichts des Klimawandels.* Statement, Öffentliche Anhörung „Gerechtigkeit und Verantwortung angesichts des Klimawandels“ des Deutschen Ethikrats, Berlin.
- Ethikrat (2023, Februar).** *Gerechtigkeit und Verantwortung angesichts des Klimawandels.* Öffentliche Anhörung von Expertinnen und Experten, Berlin.
- Hickman, C., Marks, E., Pihkala, P., Clayton, S., Lewandowski, R. E., Mayall, E. E. et al. (2021).** Climate anxiety in children and young people and their beliefs about government responses to climate change: A global survey. *The Lancet Planetary Health*, 5(12), e863-e873. [https://doi.org/10.1016/S2542-5196\(21\)00278-3](https://doi.org/10.1016/S2542-5196(21)00278-3)
- Jonas, H. (1984).** *Das Prinzip Verantwortung.* Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Leite, B., & Schubert, J. (2023, Januar).** *Ein Update für die UN-Kinderrechtskonvention? Kinderrechtliche Ansätze für die Auseinandersetzung mit der globalen Umweltkrise.* Vortrag, Meet & Greet der National Coalition – Netzwerk Kinderrechte, Berlin.
- Maur, S. (2023, März).** *Flutkatastrophe im Ahrtal: Psychologische und psychotherapeutische Hilfen für Kinder, Jugendliche und ihre Familien.* Vortrag, Fachforum Klinische Kinder- und Jugendpsychologie der Deutschen Gesellschaft für Psychologie, Berlin.
- Staab, P. (2023, Februar).** *Anpassung als Leitmotiv?* Statement, Öffentliche Anhörung „Gerechtigkeit und Verantwortung angesichts des Klimawandels“ des Deutschen Ethikrats, Berlin.
- Tremmel, J. (2023, Februar).** *Gerechtigkeit und Verantwortung angesichts des Klimawandels.* Statement, Öffentliche Anhörung „Gerechtigkeit und Verantwortung angesichts des Klimawandels“ des Deutschen Ethikrats, Berlin.
- Thunberg, G. (2022).** *Das Klima-Buch.* Frankfurt am Main: S. Fischer.
- Umweltbundesamt (2017).** *Umweltpsychologie.* Verfügbar unter: [www.umweltbundesamt.de/umweltpsychologie#umweltpsychologie](http://www.umweltbundesamt.de/umweltpsychologie#umweltpsychologie)
- UN-Kinderrechtskonvention (UN-KRK, 1989).** *Übereinkommen über die Rechte des Kindes.* Vereinte Nationen.
- United Nations Committee on the Rights of the Child (CRC, 2023).** *General comment No. 26 (2023) on children's rights and the environment, with a special focus on climate change.* Retrieved from <https://www.ohchr.org/en/documents/general-comments-and-recommendations/crccgc26-general-comment-no-26-2023-childrens-rights>

### 4.3 BESORGT UND BESONNEN DEM WANDEL ENTGEGENTRETEN

Die Sektion VPP in BDP sieht im Wandel von Klima- und Biodiversität globale Auswirkungen auf die Menschen u. a. in Form von Wetterextremen (z. B. Überschwemmungen, Dürren, Hitzewellen) oder Flucht aus der Heimat, um Dürre oder Wetterextremen zu entgehen. Eine Anpassung an sich verändernde Umweltbedingungen erscheint unvermeidbar.

Ängste und belastende Gefühle in Zusammenhang mit der Zukunft treten auf. Belastende Emotionen werden jedoch auch durch Kommunikation mitbestimmt. Angst- und aggressionsfördernde Medienberichte (in Wort und Bild) erhöhen die emotionalen Belastungen – und verhindern den Blick auf menschliche Ressourcen und Resilienzfaktoren.

Mediale Berichterstattungen haben Einfluss auf das Erleben von Menschen. Wir erachten es als sehr wichtig, eine sachliche, neutrale und bewältigungsorientierte Kommunikation zu kultivieren (z. B. Nutzung des Begriffes „Klimawandel“ statt „Klimakrise“). Menschen sind anpassungsfähig und resilient. Diese Ressource sollte stets in allen Veröffentlichungen und Medienberichten mitschwingen.

Psychische Gesundheit wird durch ökologische Rahmenbedingungen beeinflusst. Unklar ist, inwieweit es zu einer allgemeinen Zunahme psychischer Erkrankungen bundesweit durch den Klimawandel kommt und ob neue Formen psychischer Störungen auftreten werden. Einer Zunahme von psychischen Erkrankungen sollte entgegengewirkt werden. Wir halten eine wissenschaftliche Begleitforschung und einen kritischen Diskurs zu diesem Thema für wichtig.

Wir sehen die Aufgabe unserer Berufsgruppe darin, erkrankte und belastete Menschen bei „klimabezogenen“ starken Gefühlen wie Angst, Hoffnungslosigkeit oder gar Aggression kompetent zu behandeln. Dies beinhaltet u. a., zu erarbeiten, was Einzelne im Rahmen ihrer persönlichen Möglichkeiten zur Bewältigung problematischer Situationen tun können. Diese Tätigkeit stellt eine genuine Aufgabe von Psychotherapeut\*innen dar.

*Um eine fachlich kompetente Heilbehandlung umzusetzen, müssen wir uns eine Perspektive auf der Metaebene erhalten.*

#### 4.3.1 Forderungen an Politik und gesellschaftliche Strukturen:

- *Kultivierung einer sachlichen Kommunikation im medialen und öffentlichen Rahmen, um emotionale Belastungen zu reduzieren und Ressourcen zu aktivieren.*
- *Benennung konstruktiver und realistischer Bewältigungsmöglichkeiten, um Handlungsfähigkeit zu fördern und persönliche Ohnmacht zu verhindern.*
- *Wissenschaftliche Begleitforschung zum Zusammenhang zwischen Klimawandel und psychischen Erkrankungen.*

---

## 5. EUROPA UND INTERNATIONALES

*Sára Ritter und Dr. Meltem Avci-Werning*

### 5.1 KLIMA UND PSYCHOLOGIE – NETWORKING ALS BESONDERE AUFGABE DER BERUFSPOLITIK

*In den vergangenen Jahren hat der BDP zahlreiche neue Kooperationspartner\*innen gefunden, bereits bestehende Partnerschaften vertieft und sich auf nationaler wie internationaler Bühne als Experte für den Wirkzusammenhang von Klima und Psychologie sichtbar gemacht. Neben den innerverbandlichen Aktivitäten, wie z. B. in der Arbeitsgruppe „Klima und Psychologie“, dem Jahresschwerpunktthema „Klima und Psychologie“ im Jahr 2021 sowie der im vorletzten Jahr ausgerufenen BDP-Klimadekade 2022–2032, mit der sich der BDP dem Thema langfristig widmen will, ist weiteres Engagement im globalen Raum unerlässlich.*

*Warum ist globales Networking so bedeutsam? – Im Folgenden möchten wir mit einer Übersicht der internationalen Aktivitäten des BDP zum Thema „Klima und Psychologie“ diese Bedeutsamkeit darstellen und einen Appell für eine globale Vernetzung und die Fortsetzung wichtiger nationaler wie globaler Aktivitäten an die Psycholog\*innenschaft weltweit richten.*

Dass die Klimakrise eine globale Krise ist und es daher internationaler Zusammenarbeit auf politischer Ebene wie auch auf der Nichtregierungsebene bedarf, ist mittlerweile breiter Konsens, nicht nur in unserer Disziplin. Und: Die Klimakrise ist (auch) eine psychologische Krise. Wichtige Themen sind z. B.:

- *Schärfen des Bewusstseins für die ökologischen Schäden menschlichen Handels und deren Auswirkungen auf uns und unseren Planeten;*
- *die Wahrnehmung der Probleme wie auch der psychischen Belastungen infolge der Auswirkungen des Klimawandels,*
- *Change-Management;*
- *politische Verantwortung*
- *etc.*

Daher müssen Lösungsansätze möglichst nah am Individuum ansetzen. Die internationale Bühne bietet hierzu eine unerlässliche Ergänzung auf der Metaebene als ein Raum des Austausches und für gemeinsame Projekte, ein Raum des Vernetzens und des Lernens voneinander. Das bedeutet, dass neben lokalen und nationalen Aktivitäten global relevante Initiativen in der Arbeit gegen den bedrohlichen Klimawandel aus psychologischer Sicht immer mehr an Wichtigkeit gewinnen.

## Klimawandel und psychologische Impacts

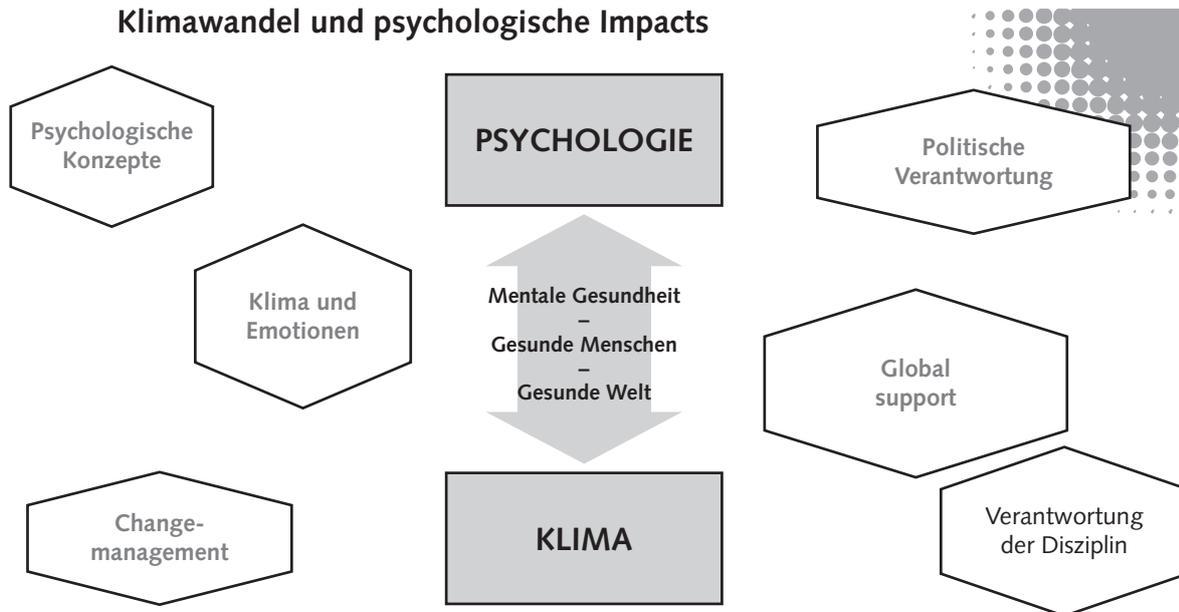


Abbildung 1. Klimawandel und psychologische Impacts (Avci-Werning, 2023)

Der europäische Dachverband für Psychologieorganisationen European Federation of Psychologists Associations (EFPA) verstand bereits vor Jahren, dass die Klimakrise in ihrer Bedeutsamkeit immer deutlicher wird und sich unsere Disziplin hier einbringen und entsprechende Expertise liefern muss. In der Folge wurden Arbeitsgruppen gegründet, in denen unsere Mitglieder aktiv mitarbeiten und bei der Erstellung von Stellungnahmen und Positionspapieren mitwirken. Für die weitere Sichtbarkeit und Bekräftigung der Zusammenarbeit mit Kooperationspartner\*innen innerhalb Deutschlands und weltweit sorgt zudem die regelmäßige Unterzeichnung und Weiterverbreitung von bedeutsamen internationalen und nationalen Stellungnahmen, wie etwa der „Proclamation“ der Global Psychology Alliance (GPA, 2022) oder des „Medienleitfadens“ der Psychologists for Future (2023). In den Jahren 2020 bis 2022 hat der BDP in der GPA – einem der größten Zusammenschlüsse von Psychologieverbänden weltweit – aktiv und regelmäßig mitgearbeitet. Wichtige Themen waren die Bewältigung der COVID-19-Pandemie, Global Mental Health und die Bewältigung der Klimakrise.

### 5.1.1 Was können wir als Psycholog\*innen tun?

Für unsere Berufsgruppe gibt es eine ganze Bandbreite an Tätigkeitsfeldern, in denen wir uns als Expert\*innen einbringen können. Der Bereich „Klima und Psychologie“ bietet zahlreiche berufliche Möglichkeiten: In Schulen, in der Beratung und psychotherapeutischen Behandlung, in den Medien und vielen anderen Anwendungsfeldern der Psychologie können wir mit unserer Expertise dazu beitragen, das Bewusstsein zu schärfen und Lösungen zu finden. Verschiedene Bereiche der Psychologie, wie die Umweltpsychologie und die Sozialpsychologie, spielen dabei eine wichtige Rolle. Darüber hinaus ermöglicht das Vernetzen mit der Politik die Gestaltung und Umsetzung von Maßnahmen auf verschiedenen Ebenen. Politische Entscheidungsträger\*innen haben bei der Bewältigung des Klimawandels eine große Verantwortung. Sie müssen für soziale Gerechtigkeit sorgen, die soziale Entwicklung fördern und gegen Klimaleugner\*innen vorgehen. Die unterschiedlichen Bedürfnisse der Gesellschaft in Einklang zu brin-

gen und sich dabei auf Daten und evidenzbasierte Maßnahmen zu stützen, sind wichtige Bestandteile dieser Verantwortung, und wir können und müssen ihnen behilflich sein. Unsere Arbeit sollte sich auf Wissenschaft und Daten stützen.

Unser Beitrag, und sei er noch so klein, kann eine bedeutende Wirkung haben. Die Psychologie dient als Drehscheibe der Wissenschaften und bietet Konzepte und Lösungen auf verschiedenen Ebenen. Politiker\*innen suchen aktiv nach Verhandlungsthemen und Fachwissen. Wir alle haben die Möglichkeit, uns zu beteiligen und den Wandel zu beeinflussen. Letztendlich müssen wir zusammenarbeiten, um die Herausforderungen des Klimawandels zu bewältigen. Dazu müssen wir aktiv die Kräfte bündeln und Maßnahmen ergreifen, um eine nachhaltige und widerstandsfähige Basis für die Zukunft und künftige Generationen zu schaffen.

### **5.1.2 Die Wirksamkeit des „Networkings“**

Strukturen, Projektpläne und Prozessabläufe geben Projekten und Zielen von Berufsverbänden und anderen Organisationen einen Rahmen. So kann leichter koordiniert und delegiert werden, und es entsteht eine Überschaubarkeit aller Teilaufgaben, um Ziele möglichst präzise und zum gewünschten Zeitpunkt zu erreichen. Ein großer Teil unseres Alltagsgeschäfts in der Berufspolitik besteht aus unserer Präsenz und dem Netzwerken mit anderen Akteur\*innen auf verschiedenen Veranstaltungen – eine Arbeit, deren Ergebnisse sich oftmals erst zu einem späteren Zeitpunkt zeigen. Als Expert\*innen für menschliches Erleben, Verhalten und Denken ist uns bewusst, wie bedeutsam die zwischenmenschliche Interaktion ist, um Herausforderungen zu erkennen und Veränderungen gemeinsam auf den Weg zu bringen.

Die Effekte des Networkings, also des Ausbaus persönlicher Kontakte außerhalb der eigenen Institution, wurden auch wissenschaftlich untersucht. Eine Analyse aus dem Jahr 2014 belegte eindeutig den Vorteil von Networking als Verhalten für Individuen (z. B. erweiterte Karrieremöglichkeiten durch ein größeres persönliches Netzwerk) sowie auch für Organisationen: Gut vernetzte Mitarbeitende können etwa Verbände dabei unterstützen, ihre Interessen in politischen Entscheidungsprozessen durchzusetzen. Der Austausch von Wissen und Erfahrungen mit Mitgliedern anderer Organisationen erhöht den Zugang zu Ressourcen und für die Institution strategisch hilfreichen Informationen (Gibson, Hardy III & Buckley, 2014). Die Autoren erwähnen auch die negativen Aspekte des Networkings in der freien Wirtschaft, z. B. dass es dadurch u. a. zum Verlust von Mitarbeitenden durch einen Wechsel in ein anderes Unternehmen führen könne. In unserem Arbeitsfeld erscheint dieser Faktor eher unerheblich; insbesondere Verbände anderer Länder sind nicht als Konkurrenz, sondern vielmehr als potenzielle oder bereits langfristig bewährte Kooperationspartner zu sehen.

Networking ist als wesentlicher Bestandteil im Lobbyalltag von Verbänden zu sehen. Ein Beispiel für relevantes Networking ist die Teilnahme des BDP an der jährlichen Klimakonferenz der Vereinten Nationen (United Nations Framework Convention Climate Change, UNFCCC) in den Jahren 2022 und 2023 in Bonn. Dort hat der BDP die Vertretung der weltweiten Psychologengemeinschaft GPA übernommen. Die Bonner Klimakonferenz ist eine Vorbereitung der jährlichen Weltklimakonferenzen, die jeweils an

unterschiedlichen Orten stattfinden (auch Conference of the Parties, COP). Im Jahr 2022 war der BDP ebenfalls auf der UN-Weltklimakonferenz COP27 in Sharm El Sheikh in Ägypten vertreten, neben der American Psychological Association (APA) als einer von nur zwei Psychologenverbänden weltweit.

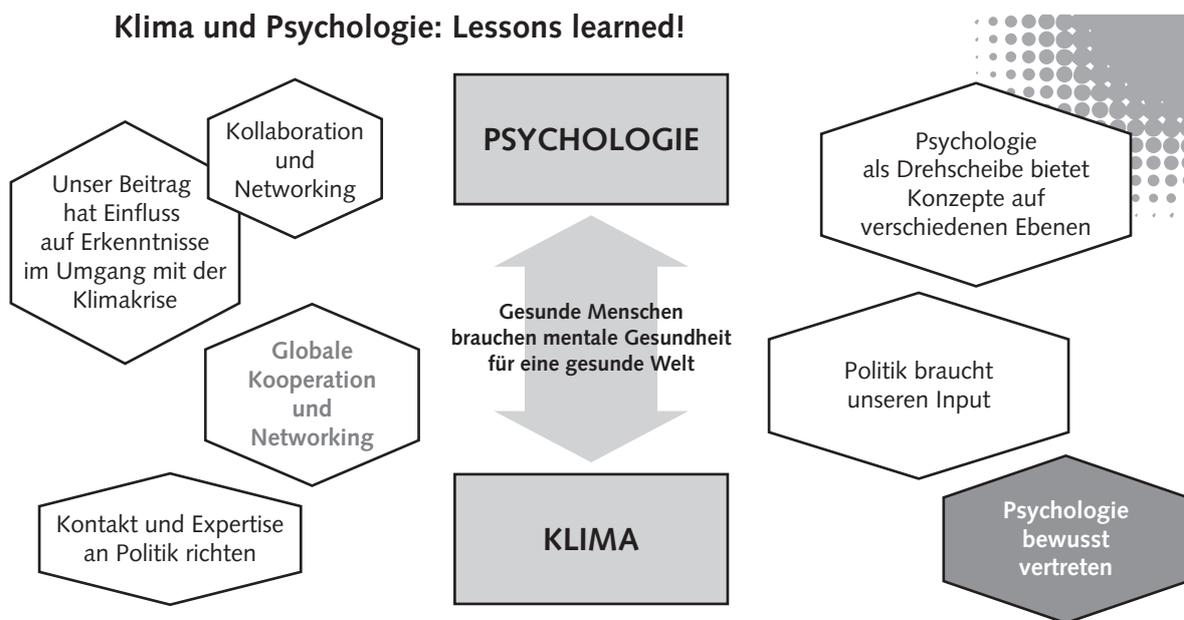
Während auf diesen Veranstaltungen wichtige Gesprächspartner\*innen (wie etwa aus dem Auswärtigen Amt) angesprochen werden konnten, die später auch für die nationale Interessenvertretung unserer Berufsgruppe von hohem Nutzen sein können, konnte der BDP zugleich die Zusammenarbeit mit unseren US-amerikanischen Kolleg\*innen von der APA vertiefen. So wurde der BDP für dieses Jahr erneut gebeten, die globale Psycholog\*innengemeinschaft auf der UN-Vorbereitungskonferenz in Bonn zu vertreten. Zudem wurden Vertreter\*innen des Verbandes zu anderen hochkarätigen Veranstaltungen, wie etwa der Networking-Veranstaltung der G7-Einrichtungen zu „Climate Change meets Occupational Safety and Health“, als Expert\*innen eingeladen, auf denen u. a. wichtige Kontakte ins Bundesministerium für Arbeit und Soziales geknüpft wurden. All diese Erfolge sind auch der Präsenz im internationalen Geschehen zu verdanken.

### **5.1.3 Aber was bringt das unserem Berufsstand, warum nützt das dem BDP?**

In den bilateralen Gesprächen mit anderen Teilnehmenden auf der UN-Klimakonferenz in Ägypten zeigte sich Erstaunen, jedoch auch Erleichterung, dass die Psycholog\*innenschaft anwesend ist. Eine Teilnehmerin meinte etwa: „Ihr Psycholog\*innen solltet auf jeder Paneldiskussion hier vertreten sein!“ Der BDP konnte sich somit nicht nur einen Namen machen als Psycholog\*innenverband, für den das Thema Klima hohe Priorität hat, was zu weiteren Anfragen und Kooperationen führen kann, sondern im Allgemeinen die Wichtigkeit und Wesentlichkeit unserer Disziplin und unseres Wissens in der Bewältigung des Klimawandels unterstreichen. Und das in den Augen von Akteur\*innen, die im Bewusstsein der Allgemeinbevölkerung Verantwortung in der Krisenbewältigung tragen: politische Entscheidungsträger\*innen, Wirtschaftsvertreter\*innen usw.

Es ist klar, dass psychologische Konzepte im Umgang mit der Klimakrise und dem Klimawandel eine besondere Rolle spielen. Als wenige Beispiele seien hier genannt: Resilienz im Umgang mit Krisen, Traumata und Folgestörungen nach Extremereignissen, politische Kommunikation etc.

Viele dieser Aktivitäten und das Mitwirken an Veranstaltungen haben also eine Tragweite, die wir möglicherweise nicht direkt nachvollziehen können, die für uns aber sowohl in der Interessenvertretung hierzulande als auch in der globalen Verbreitung unseres Wissens und dem Image unseres Berufsstandes von großem Nutzen ist. Wenn etwa eine unserer Gesprächspartner\*innen aus der Wirtschaft bei ihrer nächsten lokalen Veranstaltung eine\*n Psycholog\*in einlädt, ist das schon ein großer Erfolg. Mittlerweile werden unsere Mitglieder und auch unsere Kolleg\*innen im Ausland zu zunehmend wichtigeren Ansprechpartner\*innen für kommunale, regionale und nationale Ansätze in der Krisenbewältigung. Hierbei hat der BDP durch seine kontinuierliche Präsenz eine maßgebliche Rolle gespielt.



**Abbildung 2.** Klima und Psychologie: Lessons learned! (Avci-Werning, 2023)

Häufig agieren Mitglieder unserer Disziplin eher zurückhaltend, aus einer beratenden Position heraus – das gehört auf eine Art und Weise vermutlich zum Berufsprofil. Wir könnten unsere Rolle aber auch präsenter werden lassen, unser Wissen, unsere Expertise und unsere Erfahrungen selbstbewusster präsentieren. Wir plädieren für einen bewussten, politischen Umgang mit Erkenntnissen der Psychologie, unserer Disziplin. Wir können unsere Expertise einsetzen, um den BDP, unsere Berufsgruppe im Allgemeinen und die Psychologie als Wissenschaft sichtbarer zu machen. Eine größere Sichtbarkeit wird auch dazu beitragen, unsere Berufsinteressen effizienter zu vertreten. Wir können somit in erster Linie unsere Expertise unter Beweis stellen, und diese wird als Spill-over-Effekt auch in zukünftigen globalen, gesellschaftlichen Herausforderungen von uns eingefordert werden – zu Recht!

---

## Literatur

- Global Psychology Alliance (2022).** *Global Psychology Alliance proclamation.* American Psychological Association. Retrieved from: <https://www.apa.org/international/networks/global-psychology-alliance/proclamation-english.pdf>
- Avci-Werning, M. (2023, July).** *Why climate and psychology?* Presentation at the 18th European Congress of Psychology, Brighton, UK.
- Gibson, C., H. Hardy III, J. & Buckley, M. R. (2014).** Understanding the role of networking in organizations. *Career Development International*, 19(2), 146–161. <http://dx.doi.org/10.1108/CDI-09-2013-0111>
- Psychologists / Psychotherapists for Future e. V. (2023).** *Empfehlungen zur Berichterstattung über die Klimakrise aus psychologischer Perspektive.* Verfügbar unter: <https://www.psychologistsforfuture.org/klimakrise-empfehlungen.pdf>

## **5.2 DIE KLIMAKRISE UND DER MENSCHLICHE FAKTOR: 10 PSYCHOLOGISCHE SCHLÜSSEL ZUR FÖRDERUNG VON KLIMAAKTIVITÄTEN**

*Dieser Text ist eine Übersetzung der Kapitels 3 (Executive Summary)*

*des Positionspapiers der Europäischen Vereinigung der Psychologenverbände (EFPA):*

**Climate Crisis and the Human Factor: 10 Psychological Keys to Unlocking Climate Action.**

### **Editorial team:**

Weronika Kałwak, Bjørn Ekelund, Nicola Gale, Felix Peter, Sara Wortelboer

### **List of contributors:**

Csilla Ágoston-Kostyál, Eric Alderhorn, Nicholas Carr, Bjørn Ekelund, Nicola Gale, Weronika Kałwak, Tiago Pereira, Felix Peter, Attila Varga, Sara Wortelboer

### **Reviewers:**

EFPA's Expert Reference Group for Psychology and Climate Change thanks the following reviewers who provided valuable feedback on drafts of this report: Caterina Arcidiacono, Nicolas Carr, Irina Feygina, Minou Mebane, Bernd Röhrle

Das vollständige Dokument in englischer Sprache kann hier eingesehen werden:

<https://www.efpa.eu/climate-crisis-and-human-factor-10-psychological-keys-unlocking-climate-action>

### **Deutsche Übersetzung:**

Erdem Adigüzel (*Referent Fach- und Berufspolitik*), Fredi Lang (*Referatsleiter Fach- und Berufspolitik*),

### **Zusammenfassung**

Der Psychologie als Wissenschaft des Erlebens und Verhaltens kommt im Bereich des Klimawandels eine Rolle zu, da das individuelle Verhalten in seinem sozioökologischen Kontext einen wesentlichen Beitrag zu leisten vermag. In diesem Dokument soll anhand relevanter Punkte dargestellt werden, wie psychologisches Fachwissen auf den verschiedenen Ebenen zur Abschwächung der Klimakrise und zur Anpassung an ihre Folgen beitragen kann. Es wurde unter der Schirmherrschaft europäischer Psychologieorganisationen und in Zusammenarbeit zwischen europäischen Akademiker\*innen und professionellen Praktiker\*innen entwickelt und stellt in den entsprechenden Punkten die empirischen Erkenntnisse und berufliche Erfahrungen dar.

### **5.2.1 Nachhaltigkeit als neuer Ausgangspunkt.**

Das Streben nach Nachhaltigkeit stellt gängige materialistische Vorstellungen von Erfolg und Glück infrage und deutet darauf hin, dass ein höheres Maß an Wohlbefinden auch durch einen umweltfreundlicheren und weniger konsumgesteuerten Lebensstil erreicht werden kann. Dieser Wandel erfordert eine erhebliche psychologische und kulturelle Anpassung, weg von konsumorientierten Werten, hin zu einer nachhaltigeren Lebensweise.

### **5.2.2 Nachhaltige Transformation.**

Die Bewältigung der Klimakrise erfordert, dass individuelle Belastungen und die aktive Beteiligung am gesellschaftlichen Wandel gleichzeitig gemeistert werden müssen. Die Psychologie hilft bei diesem Balanceakt, indem sie Klimagerechtigkeit und individuelle Unterschiede berücksichtigt. Verhaltensänderungen, die persönlich passend und verbunden mit dem allgemeinen gesellschaftlichen Kontext etabliert werden, sind von entscheidender Bedeutung. Jedoch können durch den ausschließlichen Fokus auf individuelle Handlungen die notwendigen systemischen Veränderungen vernachlässigt werden. Wirksame Klimastrategien sollten nachhaltig, wissenschaftlich fundiert und gemeinschaftsorientiert angelegt sein.

### **5.2.3 Kollektive Wirksamkeit.**

Bei der Bewältigung globaler Krisen ist gemeinschaftliches Handeln von entscheidender Bedeutung. Stressbewältigung und die Anpassung an Veränderungen sind effektiver, wenn Familien, Teams und Gemeinschaften zusammenarbeiten. Kollektive Wirksamkeit ist ein Schlüsselfaktor bei Umweltschutzaktionen, da sie das Handeln der Einzelnen beeinflusst und den Glauben an einen gemeinschaftlich getragenen Wandel stärkt. Diese gruppenbasierte Herangehensweise ist stärker als Selbstwirksamkeit, motiviert umweltfreundliches Verhalten, fördert die Akzeptanz politischer Maßnahmen und zeigt, dass gemeinsame Erfahrungen und Gruppennormen bei der Förderung von Verhaltensänderungen wirkungsvoller sind als bloße Informationen oder Überzeugungsarbeit.

### **5.2.4 Emotionen als Antreiber für Maßnahmen.**

Der Fokus in der Klimapsychologie richtet sich zunehmend von rein kognitiven Einstellungen auf die zusätzliche Berücksichtigung emotionaler Reaktionen, die umweltfreundliches Verhalten beeinflussen. Emotionen wie beispielsweise umweltbezogene Ängste spielen eine komplexe Rolle bei der Motivation zum Handeln; sie können sowohl anpassungsfördernd als auch kontraproduktiv sein. Die „emotionale Wende“ in der Umweltkommunikation erkennt Emotionen als wichtige Antriebskräfte an. Dabei ist jedoch Vorsicht angezeigt, insbesondere angesichts potenzieller negativer Auswirkungen auf das psychische Wohlbefinden sowie der Gefahr, sich zu sehr auf emotionale Ansprache zu verlassen, um umweltfreundliches Verhalten zu fördern.

### **5.2.5 Psychische Gesundheit und Resilienz.**

Die Auswirkungen des Klimawandels auf die psychische Gesundheit umfassen sowohl direkte Auswirkungen, wie hitzebedingten Stress, als auch indirekte Auswirkungen durch Naturkatastrophen und soziopolitischen Druck. In diesem Zusammenhang gehen die Emotionen über die Motivation zu

Klimaschutzmaßnahmen hinaus und wirken sich erheblich auf die psychische Gesundheit und das Wohlbefinden aus. Negative Emotionen wie umweltbezogene Angst sind zwar bei Umweltproblemen häufig anzutreffen, können aber insbesondere bei gefährdeten Gruppen zu psychischen Problemen beitragen. Der Umgang mit direkten und indirekten Auswirkungen auf die psychische Gesundheit erfordert die Anerkennung der Unterschiedlichkeit betroffener Gruppen und die Förderung von Resilienz sowohl des Einzelnen als auch der Gemeinschaft, um eine wirksame Anpassung an klimabedingte Stressfaktoren zu ermöglichen.

### **5.2.6 Umweltfreundliches Verhalten im Gemeinschaftskontext.**

Um den Klimawandel wirksam zu bekämpfen, sollte der Schwerpunkt innerhalb von Gemeinden auf umweltfreundliches Verhalten mit hoher Wirksamkeit und insbesondere auf jene gelegt werden, die in den Bereichen Verkehr, Ernährung, Konsum von Gütern und Energieverbrauch besonders aktiv sind. Die Überwindung von Barrieren wie geringem Umweltbewusstsein und strukturellen Herausforderungen ist von entscheidender Bedeutung. Gemeinschaftsbasierte Interventionen können soziale Normen und Werte nutzen, um umweltfreundliches Verhalten zu fördern und zu verbreiten. Dieser kollektive Ansatz fördert nicht nur die Resilienz des Einzelnen und der Gruppe, sondern geht auch auf ethische Bedenken im Zusammenhang mit globalen Ungleichheiten und der Verantwortung der wohlhabenderen Nationen ein.

### **5.2.7 Umweltfreundliches Verhalten im Organisationskontext.**

Organisationen, einschließlich öffentlicher, kommerzieller und nicht staatlicher Organisationen, prägen umweltfreundliches Verhalten sowohl durch interne Richtlinien als auch durch öffentliches Engagement. Indem sie ökologische Werte in ihre betrieblichen Abläufe und ihre Kommunikation einbeziehen, z. B. in Form von Leistungsindikatoren und Jahresberichten, fördern sie nachhaltige Praktiken bei den Mitarbeitern und in der breiten Öffentlichkeit. Ihre Rolle geht über die bloße Beeinflussung von Verhaltensweisen zur tatsächlichen Reduktion von CO<sub>2</sub>-Emissionen hinaus. Sie enthält auch Transparenz und Rechenschaftspflicht, um Vertrauen aufzubauen und Greenwashing zu vermeiden. Solche Bemühungen der Organisationen unterstützen breitere systemische Veränderungen, die notwendig für wirksame Klimaschutzmaßnahmen sind.

### **5.2.8 Klimapolitik.**

Die Rolle der Psychologie bei der Gestaltung von umweltfreundlichen politischen Programmen ist von entscheidender Bedeutung, da die Politik nicht nur die individuellen Verhaltensänderungen, sondern auch die systemischen und politischen Maßnahmen adressiert, die zur Erreichung der CO<sub>2</sub>-Neutralität nötig sind. Psycholog\*innen bringen Erkenntnisse aus der politischen Psychologie ein, um die Gestaltung und Umsetzung politischer Maßnahmen auf den verschiedenen Ebenen zu beeinflussen. Sie engagieren sich unter anderem als politische Fürsprecher\*innen, stärken das Vertrauen in politische Prozesse und in die Hoffnung auf deren Wirksamkeit. Sie stellen sicher, dass die politischen Maßnahmen auf dem Verständnis von sozialen Dynamiken sowie des menschlichen Erlebens und Verhaltens beruhen. Die breitere Anwendung psychologischer Grundlagen trägt dazu bei, Gemeinschaften zu stärken, das öffentliche Engagement für Umweltmaßnahmen zu fördern und eine nachhaltige Politikentwicklung zu unterstützen.

### **5.2.9 Kommunikation zum Klimawandel.**

Die Kommunikation zum Klimawandel zielt mittels psychologisch fundierter Strategien darauf ab, Verhaltensweisen zu ändern und gesellschaftliches Engagement für Nachhaltigkeit zu fördern. Wirksame Kommunikation erfordert mehr als nur die Übermittlung von Informationen; sie umfasst den Dialog und enthält strategische Botschaften und sichtbare Beispiele für nachhaltiges Verhalten, um neue soziale Normen zu etablieren. Dieser Ansatz nutzt psychologische Erkenntnisse, um Botschaften zu erstellen, die unterschiedliche Werte und Motivationen ansprechen, indem Framing-Techniken benutzt werden, um die persönlichen und kollektiven Vorteile von Umweltmaßnahmen hervorzuheben. Ziel ist es, Gemeinschaften zu stärken, die Beteiligung zu verbessern, ein breiteres Engagement für den Umweltschutz zu fördern und die Wirksamkeit von Umweltmaßnahmen zu verbessern.

### **5.2.10 Kollektive Verantwortung.**

Es ist im Klimaschutz von besonderer Bedeutung den Anwendungsbereich der Psychologie zu erweitern, also über die Beeinflussung des individuellen Verhaltens hinaus kollektive Anstrengungen und systemische Veränderungen zu bewirken. Die Psychologie muss sich in gemeinschaftsbasierten Aktionen einbringen und Entscheidungsträger\*innen sowie Vorstände und Aufsichtsräte ansprechen, die in der Lage sind, transformative, groß angelegte Umweltreformen effizient umzusetzen. Eine solche Veränderung ist wesentlich, um substanzielle und wirksame Lösungen für den Klimaschutz und andere sozio-ökologische Herausforderungen zu erreichen.

### 5.3 MENSCHEN UND PLANET: WIR SITZEN ALLE IM SELBEN BOOT

*Dieser Text ist eine Übersetzung des Positionspapiers der Global Psychology Alliance (GPA), verfasst von der GPA-Klimakoordinierungsgruppe*

#### **PSYCHOLOGY AND THE CLIMATE CRISIS – A POPULATION CLIMATE ACTION FRAMEWORK**

**„People and Planet – we’re all in this together“**

#### **Deutsche Übersetzung:**

Hubert Schübel (*Leiter der BDP-Arbeitsgruppe „Klima & Psychologie“*)

Fredi Lang (*Referatsleiter Fach- und Bildungspolitik*)

Die Mitglieder der „Global Psychology Alliance“ (GPA), der mehr als 70 nationale und internationale Psychologieorganisationen und -verbände angehören, haben sich durch die Unterzeichnung einer gemeinsamen „Proklamation“ und „Erklärung“ in Lissabon im Jahr 2019 schriftlich verpflichtet, Maßnahmen zum Klimawandel zu ergreifen (Global Psychology Alliance, 2019). Diese Verpflichtung wurde auf einer Folgesitzung in Bogota im Jahr 2022 bekräftigt, wobei vereinbart wurde, dass der Schwerpunkt bis 2025 auf Sensibilisierung liegen sollte (Global Psychology Alliance, 2022a, 2022b). An die in Bogota entwickelte Vorlage für den GPA-Fahrplan 2025 hat sich die GPA-Klimakoordinierungsgruppe weitgehend gehalten.

Dieses Papier bietet einen Rahmen, der allen GPA-Mitgliedern helfen soll, diese Verpflichtungen in die Praxis umzusetzen. Das Ziel des Rahmens ist es, alle Verbände dabei zu unterstützen, bis 2025 transparente, umsetzbare Pläne mit Fokus auf Bildung, Interessenvertretung und Kommunikation zu entwickeln, um den Klimawandel abzumildern, sich anzupassen und Gerechtigkeit zu schaffen. Der Schwerpunkt des Rahmenwerks liegt in den Möglichkeiten, wie die Psychologie Einzelpersonen, Gemeinschaften, Organisationen und Nationen dabei unterstützen kann, die Herausforderungen der Klimakrise durch ein „Population Climate Action Framework“ anzugehen.

#### **5.3.1 Einleitung**

Zweck dieses Papiers ist es, den Klimawandel aus der Perspektive des Wohlbefindens zu betrachten und Handlungsschritte für die Psychologie, für Psycholog\*innen auf der ganzen Welt vorzuschlagen, um bedeutsame gemeinsame Beiträge zur Abschwächung des Klimawandels und zur Anpassung an ihn zu leisten sowie Strategien und Prozesse zu entwickeln, die die Einbeziehung marginalisierter und gefährdeter Völker, indigener Wissenssysteme und kultureller Perspektiven gewährleisten (IPCC, 2023; APA, 2022).

#### *Minderung*

Minderung (Klimaschutz, Abschwächung, engl. „mitigation“) umfasst Bemühungen zur Begrenzung, Vermeidung und Bekämpfung von Treibhausgasemissionen, damit der vom Menschen verursachte Kli-

mawandel verlangsamt und schließlich gestoppt werden kann. Minderungsbemühungen können darauf abzielen, den Gesamtenergieverbrauch zu senken und die Art der Energieerzeugung und -nutzung zu verändern, und Klimaschutzbemühungen darauf, das Handeln von Individuen und Organisationen im Sinne einer klimafreundlichen Energieerzeugung und -nutzung, Lebensmittelerzeugung und -nutzung, Verkehrsmittelwahl und in weiteren Handlungsfeldern zur Verringerung der Treibhausgasproduktion zu fördern.

### *Adaptation*

Der Begriff „Adaptation“ (Anpassung) bezieht sich auf Bemühungen, negative Auswirkungen des Klimawandels in Gegenwart und Zukunft abzuschwächen, Menschen bei der Anpassung daran zu unterstützen, Widerstandsfähigkeit gegenüber den schädlichsten Auswirkungen und Folgen aufzubauen sowie eine langfristige Planung und Transformationen voranzubringen. Diese Bemühungen sind notwendig, weil sich das Klima selbst bei optimistischsten Prognosen aufgrund der bereits in der Vergangenheit und der gegenwärtig emittierten Treibhausgase noch über weite Strecken dieses Jahrhunderts verändern wird.

### *Perspektive des Wohlbefindens*

Aus der Perspektive des Wohlbefindens wird festgestellt, dass Klimaveränderungen wegen der Gasemissionen, die durch menschliche Praktiken wie Energieerzeugung und -nutzung, Produktion, Verkehr und Landwirtschaft entstehen, weitreichende und schädliche Auswirkungen auf das Leben auf unserem Planeten haben – auch auf die Gesundheit und das Wohlbefinden der Menschen. Viele dieser Auswirkungen führen zu Menschenrechtsverletzungen. Die Klimakrise beeinträchtigt das Wohlergehen von Kindern unverhältnismäßig stark und bedroht ihr Recht auf den höchsten Gesundheitsstandard (Cowley-Cunningham, Rogers & Carey, 2023). Sie verschärft zudem die Ungleichheiten zwischen und innerhalb von Bevölkerungsgruppen und betrifft unverhältnismäßig stark gefährdete Gemeinschaften sowie indigene Völker, die zudem über die geringsten Ressourcen verfügen, um die Auswirkungen auf ihr soziales, wirtschaftliches und kulturelles Wohlergehen zu bewältigen. Um diese Ungleichheiten anzuerkennen und anzugehen, fördert das „Population Action Climate Framework“ auch die Beteiligung der Psychologie an der Sensibilisierung für Klimagerechtigkeit und entsprechende Maßnahmen. Es geht darum, jenen Völkern und Gruppen, die durch den Klimawandel am stärksten gefährdet sind (einschließlich marginalisierter und gefährdeter Bevölkerungsgruppen und indigener Völker), nicht nur eine Stimme zu geben und sie zu vertreten, sondern auch darum, von nachhaltigen Praktiken indigener Völker und Kulturen zu lernen.

Transformation ist von grundlegender Bedeutung, um das langfristige Ziel der nachhaltigen Entwicklung zu erreichen. Um eine weitere Schädigung unserer Ökosysteme und Lebensbedingungen zu verhindern, brauchen wir eine ökologisch, sozial und wirtschaftlich nachhaltige Entwicklung und die entsprechende Umsetzung der „Sustainable Development Goals“ der Vereinten Nationen. Psychologische Zielstellung hierfür ist es, Menschen dabei zu unterstützen, an solchen Veränderungsprozessen gesund, selbstwirksam und erfolgreich teilzuhaben (BDP, 2021).

### 5.3.2 Minderung („mitigation“)

Maßnahmen zur Rettung unseres Planeten müssen dringend auf eine solide Grundlage gestellt werden. Die Psychologie muss mit ihren Anstrengungen, den Klimawandel zu verlangsamen und schließlich aufzuhalten, eine Vorreiterrolle spielen. Wie kann sich dieses Ziel in einem Aktionsplan der GPA widerspiegeln?

Die wichtigsten Ziele sind die Sensibilisierung von Einzelpersonen, Gemeinschaften, Organisationen und breiteren Systemen für die Notwendigkeit, so zu handeln, dass ein nachhaltig klimaverträgliches Ökosystem unterstützt wird, und Einzelpersonen, Gemeinschaften, Organisationen und Systeme dabei zu unterstützen, angemessene und effektive Handlungsmöglichkeiten in ihrem eigenen sozialen, politischen und kulturellen Umfeld zu finden.

Die wichtigsten Ergebnisse sind die Sicherstellung, dass Umwelt- und Klimafragen in unserem Berufsstand einen hohen Stellenwert einnehmen, und die Förderung gemeinsamer, kooperativer Lösungen, die auf der Erkenntnis beruhen, dass wir „alle im selben Boot sitzen“.

#### *„Population Climate Action Framework“*

Das Ausmaß der Herausforderung ist enorm. Um ehrgeizige Klimaziele zu erreichen, müssen wir unsere globalen Energie-, Produktions-, Transport- und Agrarsysteme vom derzeitigen Zustand intensiven Kohlenstoffverbrauchs auf nachhaltige, kohlenstoffneutrale Lösungen umstellen. Dies bedarf einer Kombination aus technischen Innovationen, veränderten Denk- und Verhaltensweisen sowie neuen politischen Rahmenbedingungen und Rechtsvorschriften (Mann, 2021).

Ein wirksamer Klimaschutz erfordert daher eine breit angelegte Gemeinschaftsperspektive, einen „Bevölkerungs-Klimarahmen“ und einen „Gesamtsystem-Ansatz“ für die Transformation, wobei Psycholog\*innen zunehmend mit anderen Berufsgruppen über die Grenzen der Disziplinen hinweg zusammenarbeiten. Die folgenden Bereiche werden wahrscheinlich wichtig sein:

- Die Psychologie kann einen Beitrag zur Gestaltung und Umsetzung neuer Technologien und Systeme leisten, die zu einem geringeren Energieverbrauch führen, und Einzelpersonen, Gemeinschaften und Regierungen bei Übergängen zwischen dem Alten und dem Neuen unterstützen. Ziel ist es, sicherzustellen, dass sowohl bei der Planung als auch bei der Umsetzung „menschliche Belange“ einbezogen und soziale, politische und kulturelle Kontexte angemessen berücksichtigt werden (APA, 2022).
- Die Psychologie kann Wege aufzeigen und unterstützen, um Veränderungen im Umfeld und Lebensstil der Menschen herbeizuführen, die zu einem geringeren Energieverbrauch und niedrigeren Emissionen beitragen (Carmichael, 2019). Dies erfordert eine breite Perspektive, die über das individuelle Verhalten (und den Ruf nach „persönlichen Opfern“) hinausgeht, die Kontexte betrachtet, in denen die Menschen leben und arbeiten, und nach Möglichkeiten sucht, Verände-

rungen einfacher, angenehmer und in im Interesse der Menschen (Uzzell, 2021) sowie normativer zu gestalten. Die Förderung des Wandels auf Gemeinschaftsebene ist ein besonders wichtiger Bereich für die psychologische Unterstützung, da Menschen durch das Handeln für und mit ihrer Gemeinschaft lernen und Bewusstsein erlangen und ein Gefühl der Handlungsfähigkeit im Kontext der Normen und Erwartungen der Gemeinschaft entwickeln (Chapman, Trott, Silka, Lickeland & Clayton, 2022).

- Die Psychologie kann die Anwendung wirksamer Praktiken durch Führungskräfte und politische Entscheidende sowohl in Organisationen als auch in Regierungen unterstützen, um bestehende Modelle, Rahmenbedingungen und Politiken zu überprüfen und Alternativen zu entwickeln, welche Veränderungen ausrichten, gestalten und manchmal auch vorantreiben, die für die Senkung der Emissionen und die Verbesserung der Nachhaltigkeit im weitesten Sinne erforderlich sind. Menschen zu ermutigen, systemübergreifend zusammenzuarbeiten, verschiedene Perspektiven zu verstehen und sich Strategien anzueignen, um pragmatische, einvernehmliche und kulturell angemessene Lösungen zu entwickeln, die „in einer Linie liegen“ mit dem, was kulturell angemessen ist, kann eine besonders nützliche Rolle für Psycholog\*innen sein (UNDP and University of Oxford, 2021; Uzzell, 2021).

### *Individuelle Einstellungen und Verhaltensweisen*

Die Entwicklung individuellen Bewusstseins und individueller Motivation und die Förderung von Änderungen des alltäglichen Verhaltens sind nicht nur wegen ihres Beitrags zu den Klimaschutzzielen und zur ökologischen Nachhaltigkeit wichtig. Sie sind auch entscheidend für die Vorbildfunktion und die Entwicklung von Unterstützung für einen breiteren gesellschaftlichen Wandel. Individuelle Veränderungen können für andere ein Vorbild sein, dem sie folgen können. Doch die Fortschritte in diesem Bereich sind relativ langsam.

Vielem von dem, was als „Klimauntätigkeit“ und „Klimaskepsis“ bezeichnet wird, liegen psychologische Sachverhalte zugrunde. Die Thematisierung des Klimawandels kann als etwas empfunden werden, das

- psychisch fern, unsicher und kompliziert ist,
- tiefgreifend bedrohlich ist und umfassende Änderungen unserer Lebensweise erfordert.

Tätig werden gegen den Klimawandel erfordert persönliche und kollektive Übernahme von Verantwortung und manchmal die Priorisierung des langfristigen Wohlergehens gegenüber kurzfristigen Gewinnen oder Kosten (Morrissey & Plenty, 2022). Die Motivation für Veränderungen zu schaffen, kann schwierig sein. Allzu oft wird in der Kommunikation über den Wandel eher der erforderliche Verzicht betont, statt dass die zu erwartenden Vorteile hervorgehoben werden (z. B. gibt es nur wenige wahrgenommene Anreize, und die Belohnung ist eher in der Ferne als unmittelbar). Obwohl technologische Innovation und Anpassungen der Politik den Wandel erleichtern können, ist das Ausmaß der Klimakrise so groß, dass wirksame Maßnahmen immer noch mit persönlichen Kosten verbunden sein dürften.

Zum Teil wird angenommen, dass ein erfolgreicher Kampf gegen den Klimawandel nur dann möglich ist, wenn die Staaten Gesetze erlassen, die Menschen und Systeme zu Veränderungen zwingen. Dies kann ein langwieriger und komplizierter Prozess sein, der auch davon abhängt, dass sich die Prioritäten von Regierungen und Wählenden ändern.

Die Ausbildung persönlichen Engagements anstelle von Folgsamkeit kann die nachhaltigere und wirksamere Strategie sein. Die Motivation, das eigene Verhalten zu ändern, um klimafreundliche Lösungen zu fördern, kann gesteigert werden, wenn die Menschen auf persönlich relevante Weise über die Notwendigkeit von Maßnahmen informiert und aufgeklärt werden und wenn sie die Vorteile eines klimaverträglichen Ökosystems für sich selbst und künftige Generationen verstehen. Wird die Motivation auf diese Weise gesteigert, ist es wahrscheinlich, dass sich Menschen zum Handeln entschließen. Die psychologische Literatur und die Erfahrungen und Erkenntnisse, die für diesen Bereich relevant sind, umfassen Arbeiten über Verhaltensänderungen im Gesundheitsbereich (z. B. Prochaska & DiClemente, 1983), Studien zu Motivation und Absicht (z. B. Selbstbestimmungstheorie von Deci & Ryan, 1985, 2000) und Umfragen, die zeigen, dass diejenigen, die besser über das Thema informiert und aufgeklärt sind, tendenziell mehr Unterstützung für Klimaschutzmaßnahmen zeigen (UNDP and University of Oxford, 2021).

In dem Maße, in dem Menschen besser über Klimafragen informiert bzw. dafür sensibilisiert sind und erkennen, dass ihr persönliches Verhalten einen Unterschied machen kann, werden ihr Gefühl der Zugehörigkeit zu einer breiteren Umweltgemeinschaft und ihre Identifikation mit deren Zielen und Werten wahrscheinlich wachsen und eine wichtige Quelle sozialer Unterstützung für die Fortsetzung dieses Weges darstellen (Udall, Groot, De Jong & Shankar, 2021).

### **5.3.3 Anpassung**

Psycholog\*innen sind seit Langem an der Unterstützung von Menschen beteiligt, die von Naturkatastrophen, einschließlich extremer Wetterereignisse und ihrer Folgen, betroffen sind. In einem kürzlich erschienenen globalen Überblick (Clinton, Dixon & Morrissey, 2022) werden zahlreiche internationale Beispiele aufgeführt.

Mit der zunehmenden Erwärmung des Planeten haben die Häufigkeit und die Intensität extremer Wetterereignisse zugenommen. Die Folgen wie Waldbrände, Taifune, Überschwemmungen, extreme Hitze, Missernten in der Landwirtschaft und die daraus resultierende Vertreibung und erzwungene Migration von Menschen werden auf der ganzen Welt zu spüren sein.

#### *Aufbau von Resilienz und Bewältigung*

Die besondere Aufgabe für die Psychologie sowie Psycholog\*innen besteht darin, Einzelpersonen, Gemeinschaften, Nationen und Regionen, insbesondere diejenigen, die durch das Klima besonders gefährdet sind, bei der Anpassung an diese Herausforderungen zu unterstützen.

Es wird notwendig sein, voranzuplanen und den Menschen zu helfen, sich auf die Auswirkungen des Klimawandels vorzubereiten, indem die soziale und psychologische Widerstandsfähigkeit auf allen Ebenen – vom Einzelnen über die Gemeinschaft bis zum Staat – gestärkt wird. Dazu gehören nicht nur Einstellungs- und Verhaltenselemente wie Selbstregulierungs- und Coping-Fähigkeiten, sondern auch praktische Aspekte wie Planungen für den Fall von Klimakatastrophen, die Bewältigung des Wiederaufbaus oder von Umsiedlung und Migration sowie die Sicherstellung, dass psychologische Unterstützung und Dienste als Teil der ersten Reaktion auf alle Umweltkrisen zur Verfügung stehen (APA, 2022). Anpassungsprogramme müssen bei Einzelpersonen und Gemeinschaften stärker in den Vordergrund gerückt werden, insbesondere im globalen Süden und bei anderen gefährdeten und ressourcenbeschränkten Gruppen, da diese häufig am stärksten vom Klimawandel betroffen sind, dessen Auswirkungen aufgrund der begrenzten wirtschaftlichen Kapazitäten, die zur Stärkung der Katastrophenvorsorge und der Gesundheitssysteme erforderlich sind, noch verstärkt werden.

Es ist wichtig, umfassende individuelle und bevölkerungsbezogene Dienste anzubieten, um den Menschen zu helfen, den Klimawandel zu verstehen und sich darauf einzustellen, einschließlich der Bewältigung von Ökoangst, anderen Belastungen für die psychische Gesundheit und den mit dem Klimawandel verbundenen sozialen Problemen. Emotionale Reaktionen auf den Klimawandel umfassen ein breites Spektrum (Pikhala, 2022; Ágoston et al, 2022). Wichtig ist, dass die Anpassung an den Klimawandel Möglichkeiten zur Gemeinschaftsbildung bietet, nicht nur um den Menschen zu helfen, sich in ihrer Überforderung angesichts der Erwärmung des Planeten weniger allein zu fühlen, sondern auch um ihre klimabezogenen Emotionen in kollektives Handeln zu übersetzen und kontextbezogene und angemessene Anpassungsstrategien für die Gemeinschaft zu entwickeln. Es ist auch notwendig, Menschen und Gemeinschaften bei der Umstellung auf eine umweltfreundlichere Lebensweise zu unterstützen. Diese Unterstützung ist vor allem für Kinder und Jugendliche notwendig, die in der Regel die größten Umweltängste haben und intensiver auf Investitionen in eine Zukunft mit verlässlichen Entwicklungschancen achten. Auch die Gesundheits- und Sozialfürsorgesysteme müssen weiter verbessert werden, um einen angemessenen Ansatz für bestehende und künftige bedrohliche Auswirkungen auf die körperliche und geistige Gesundheit und das Wohlbefinden zu finden.

Psycholog\*innen sollten bei der Unterstützung von Gemeinschaften, die von Klimakatastrophen betroffen sind, die von globalen Agenturen zur Verfügung gestellten Rahmenwerke, wie etwa das „Mental Health and Psychosocial Support Framework“ der Weltgesundheitsorganisation (WHO, 2023), nutzen.

### *Anpassung und Lernen*

Die Entwicklung von Strategien und Materialien für die Anpassung ist ein nützlicher Weg für Psycholog\*innen, um das Bewusstsein für den Klimawandel und seine Bedeutung für das Wohlbefinden zu schärfen und Akzeptanz für einen professionellen Beitrag in diesem Bereich zu gewinnen.

Wir gehen davon aus, dass die zunehmende Häufigkeit von extremen Wetterereignissen auf der ganzen Welt das öffentliche Bewusstsein dafür schärft, dass der Klimawandel eine ernsthafte, existenzielle Herausforderung ist, die uns alle betrifft. Dies wird zu der Erkenntnis führen, dass Anpassung allein keine nachhaltige Strategie ist, da sie unbegrenzte Investitionen erfordert, während sich die Situation kontinuierlich verschlechtert.

Der Druck zur Eindämmung des Klimawandels wird zunehmen, damit die zentralen Ursachen der Probleme angegangen werden. Je später dies jedoch geschieht, desto aufwendiger werden die Verhaltensänderungen, und desto höher werden auch die finanziellen Mittel sein, die es braucht, um wirksam agieren zu können. Wir sind der Meinung, dass alle Strategien zum Klimawandel von Anfang an sowohl auf die Eindämmung als auch auf die Anpassung an den Klimawandel Bezug nehmen sollten, denn „wir sitzen alle im selben Boot“.

#### 5.3.4 Klimagerechtigkeit

Klimagerechtigkeit bezieht sich auf die Erkenntnis, dass die Auswirkungen des Klimawandels unverhältnismäßig stark von Nationen und Bevölkerungsgruppen getragen werden, die über die geringsten Ressourcen zur Abschwächung oder Anpassung verfügen. Dazu gehören kleine Inselnationen, die nur wenig zu den Treibhausgasen beitragen, aber am stärksten vom Anstieg des Meeresspiegels betroffen sind, vulnerable Bevölkerungsgruppen in wohlhabenderen Nationen, die weniger Ressourcen haben, um sich an die Auswirkungen des Klimawandels anzupassen oder sich an Abschwächungsmaßnahmen zu beteiligen (Pearson, Tsai & Clayton, 2021), Bevölkerungsgruppen, deren Lebensgrundlage durch extreme Wetterereignisse bedroht ist, und indigene Völker. Die Arbeit im Bereich der Klimagerechtigkeit macht deutlich, dass der Klimawandel nicht nur politische Entscheidungen, sondern auch Fragen der Ethik und Gerechtigkeit mit sich bringt.

Klimagerechtigkeit ist ein Rahmen, um die unverhältnismäßigen Auswirkungen des Klimawandels auf marginalisierte und gefährdete Gemeinschaften zu verstehen, anzugehen und zu beheben. Er umfasst im Allgemeinen die folgenden Grundsätze:

- *Gerechtigkeit*: Klimamaßnahmen sollten fair und gerecht sein und die am meisten gefährdeten Menschen und Gemeinschaften nicht unverhältnismäßig belasten.
- *Beteiligung*: Alle Menschen haben das Recht, sich an der Entscheidungsfindung zum Klimawandel zu beteiligen. Dazu gehört auch, dass schutzbedürftige und marginalisierte Gemeinschaften in Entscheidungen über Klimaschutzmaßnahmen einbezogen werden.
- *Nachhaltigkeit*: Klimamaßnahmen und nachhaltige Lösungen sollen die Umwelt für künftige Generationen schützen.

## *Die Rolle der Psychologie in der Anwaltschaft für Klimagerechtigkeit*

Unter dem Aspekt der Klimagerechtigkeit können Psycholog\*innen sowie psychologische Organisationen die folgenden wichtigen Bereiche hervorheben:

- Verstärkte Sensibilisierung für die (immer mehr werdende) psychologische Literatur zur Wechselwirkung zwischen Vulnerabilität und Klimawandel.
- Förderung von Modellen und Rahmenwerken, die eine stärkere Beteiligung und Einbeziehung in die Entscheidungsfindung ermöglichen. Dazu gehören auch die Anwendung partizipativer Aktionsrahmen für die Informationsbeschaffung und Aktionspläne für den Klimaschutz.
- Menschen und Gemeinschaften eine Stimme geben und eine auf den Menschen ausgerichtete Politik unterstützen.

### **5.3.5 Unterstützung des Übergangs: Ein Blick in die Zukunft**

Über den unmittelbaren Bedarf an Abschwächung und Anpassung hinaus besteht unter dem Gesichtspunkt der Klimagerechtigkeit allgemeines Einverständnis (Morrissey & Plenty, 2022), dass die Welt einen gerechten Übergang von den derzeitigen kohlenstoffintensiven zu den künftigen kohlenstoffneutralen Systemen vollziehen muss. Das Management dieses Übergangs wird eine Herausforderung für Regierungen und Organisationen darstellen und Auswirkungen auf unsere derzeitigen politischen, sozialen und wirtschaftlichen Modelle, Rahmenbedingungen und Denkweisen haben.

Die unmittelbaren Interessen von Einzelpersonen, Gemeinschaften und Nationen stehen nicht immer im Einklang miteinander oder mit dem globalen Wohl. Geopolitische Differenzen, die Suche nach Klimagerechtigkeit und deren Finanzierung, die unterschiedlichen Interessen von Entwicklungs- und Industrieländern, die wirtschaftlichen Auswirkungen auf Personen und Einrichtungen, die mit dem derzeitigen System in Verbindung gebracht werden, und die Beschuldigung von Einzelpersonen und Institutionen für ihre aktuellen und vergangenen Aktivitäten gehören zu den Faktoren, die den Aufbau von Vertrauen und die Zusammenarbeit bei Klimaschutzmaßnahmen zu einer Herausforderung machen (Morrissey & Plenty, 2022).

Die Bewältigung der vielen Herausforderungen beim Aufbau von Vertrauen sowie eines Gefühls für gemeinsame Ziele der Gemeinschaft und sektorenübergreifende Zusammenarbeit erfordert vielschichtige Prozesse, um die Interessengruppen so zusammenzubringen, dass eine umfassende und breite Vertretung möglich ist, sowie Führungsqualitäten, um eine breite, sektorenübergreifende Zusammenarbeit zu fördern. Von der Entwicklung von Prozessen, welche die Einbeziehung indigener Gemeinschaften, gefährdeter und marginalisierter Gemeinschaften und kleiner Nationen in Diskussionen und Maßnahmen zur Entscheidungsfindung gewährleisten, bis hin zur Ausarbeitung von Erklärungen, die das Vertrauen der Öffentlichkeit fördern, sind Fähigkeiten in der Entscheidungsfindung, Argumentation und Kommunikation erforderlich.

Dies sind alle Bereiche, in denen die Psychologie und Psycholog\*innen einen Beitrag leisten können, indem sie ihr psychologisches Fachwissen in den Bereichen »menschliche Entscheidungsfindung«, »Risikobewertung«, »Führungsentwicklung« und »organisatorische Fähigkeiten« einsetzen.

Die Psychologie sowie Psycholog\*innen müssen darauf vorbereitet sein, zum Übergangsprozess beizutragen. Diese Vorbereitung kann durch folgende Maßnahmen gefördert werden:

- Stärkung des Berufsfelds der Umwelt-, Klima- und Nachhaltigkeitspsychologie.
- Sicherstellung, dass die psychischen Auswirkungen der Klimakrise und wichtige Modelle der Psychologie des Klimawandels in die psychologische Aus- und Weiterbildung sowie in die berufliche Praxis einbezogen werden.
- Verstärkte Ausbildung in der Anwendung der psychologischen Wissenschaft für politische Entscheidungsträger\*innen sowie Programmentwickler\*innen, die keine Expert\*innen für menschliches Verhalten sind.

Auf globaler Ebene können die GPA und ihre Mitgliedsverbände bereits jetzt damit beginnen, die Beziehungen zur nationalen Politik, zu führenden Akteur\*innen des COP-Prozesses und der Vereinten Nationen zu pflegen.

### **5.3.6 Umsetzung des »Population Climate Action Framework« der GPA**

Der in diesem Papier enthaltene Aktionsrahmen für das Bevölkerungsklima stellt das Gesamtmodell für die Koordinierung der GPA-Klimamaßnahmen von heute bis 2025 dar. Die wichtigsten Aktionsschritte sind die folgenden:

#### **1. Nutzung von einschlägigem Fachwissen der Psychologie und verwandter Disziplinen zur Entwicklung von unterstützenden Materialien für alle GPA-Vereinigungen zur Verwendung bei:**

- a. Bewusstseinsbildung (Kommunikationsstrategien für verschiedene Zielgruppen) über den Klimawandel: über Möglichkeiten des Klimaschutzes, Anpassung und den Übergangsprozess;*
- b. Zum Handeln motivieren: Anwaltschaft (Botschaften an verschiedene Zielgruppen);*
- c. Anerkennung der Erfahrungen von gefährdeten Gemeinschaften und indigenen Völkern und Berücksichtigung ihrer besonderen Bedürfnisse;*
- d. Organisation und Ausbildung in der Psychologie zur Bewältigung des Klimawandels.*

#### **2. Verbreitung von Klima-Aktionsplänen durch GPA-Verbände:**

- a. Die GPA-Verbände befinden sich bei der Entwicklung ihrer Strategien, Initiativen und Maßnahmen mit Blick auf den Klimawandel auf unterschiedlichem Stand. Eine Datenbank mit Aktionsplänen von Verbänden kann als Ressource für Entwicklung, Zusammenarbeit und gegenseitige Befruchtung dienen.*
- b. Die GPA kann einen umfassenden Aktionsplan entwickeln, der regelmäßige globale Kampagnen für alle Verbände vorsieht. Dies würde dazu beitragen, unsere gemeinsamen Prioritäten, das Umsetzungsprogramm, die Zeitpläne und Zuständigkeiten sowie unseren Ansatz für Lernen und Evaluierung transparenter zu machen.*

### 5.3.7 Zusammenfassung

Die Umsetzung des in diesem Papier dargelegten Rahmens für bevölkerungsbezogene Klimaschutzmaßnahmen wird es der GPA ermöglichen, „mit einer Stimme“ zu sprechen und dabei die sehr unterschiedlichen Gegebenheiten in den einzelnen Mitgliedsverbänden anzuerkennen und zu respektieren, während gleichzeitig sichergestellt wird, dass das, was wir zu sagen haben, relevant und hilfreich ist für die Probleme, mit denen die Entscheidungsträger\*innen konfrontiert sind. Sie wird auch sicherstellen, dass alle die Möglichkeit haben, auf dem Laufenden zu bleiben und bewährte Verfahren auszutauschen.

Die GPA-Klimakoordinierungsgruppe

---

### Literatur

- Ágoston, C., Urban, R., Nagy, B., Csaba, B., Kóváry, Z., Kovacs, K. et al. (2022). The psychological consequences of the ecological crisis: Three new questionnaires to assess eco-anxiety, eco-guilt, and ecological grief. *Climate Risk Management*, 37, 100441. <https://doi.org/10.1016/j.crm.2022.100441>
- American Psychological Society (APA; 2022). *Addressing the climate crisis: An action plan for psychologists*. Report of the APA task force on climate change. Retrieved from <https://www.apa.org/science/about/publications/climate-crisis-action-plan.pdf>
- APA Task Force on Climate Change (2022). Addressing the climate crisis: An action plan for psychologists (summary). *American Psychologist*, 77(7), 799–811. <http://dx.doi.org/10.1037/amp0001041>
- Banyan, M. E. (2024). "Tragedy of the commons". Encyclopedia Britannica. Retrieved from <https://www.britannica.com/science/tragedy-of-the-commons>
- Berufsverband Deutscher Psychologinnen und Psychologen (BDP; 2021). *Klimaschutz ist Gesundheits- und Bevölkerungsschutz. Psychologische Expertise als Grundlage für die Bewältigung der Klimakrise nutzen!* Verfügbar unter: [https://www.bdp-verband.de/fileadmin/user\\_upload/BDP/verband/Untergliederungen/Sektionen/Gesundheits-und-Umweltpsychologie/BDP-Klima-Psychologie\\_Stellungnahme-2021.pdf](https://www.bdp-verband.de/fileadmin/user_upload/BDP/verband/Untergliederungen/Sektionen/Gesundheits-und-Umweltpsychologie/BDP-Klima-Psychologie_Stellungnahme-2021.pdf)
- Carmichael, R. (2019). *Behaviour change, public engagement and Net Zero: A report for the Committee on Climate Change*. Retrieved from <https://spiral.imperial.ac.uk/bitstream/10044/1/86457/2/Behaviour-change-public-engagement-and-Net-Zero-Imperial-College-London.pdf>
- Chapman, D. A., Trott, C. D., Silka, L., Lickel, B. & Clayton, S. (2022). Psychological perspectives on community resilience and climate change: Insights, examples, and directions for future research. In S. Clayton & C. Manning (Eds), *Psychology and climate change. Human Perceptions, Impacts, and Responses* (pp. 267–288). Cambridge, MA: Elsevier Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-813130-5.00011-4>

- Clinton, A., Dixon, B. & Morrissey, T. (Eds.) (2022).** *Climate action and global psychology*. New Zealand Psychological Society. Retrieved from [https://www.psychology.org.nz/application/files/1116/6744/8139/ClimateAction\\_and\\_Global\\_Psychology.pdf](https://www.psychology.org.nz/application/files/1116/6744/8139/ClimateAction_and_Global_Psychology.pdf) 1116/6744/8139/ClimateAction\_and\_Global\_Psychology.pdf
- Cowley-Cunningham, M., Rogers, E. & Carey, A. (2023).** The Psychological Society of Ireland's (PSI) response to the call from the United Nations (UN) committee on the rights of the child: Draft general comment No. 26. Specific rights of the convention as they relate to the environment and climate change. Retrieved from <https://www.ohchr.org/sites/default/files/documents/hrbodies/crc/gcomments/gc26/2023/cs/GC26-CS-psychological-society-ireland-2023-02-14.docx>
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (1985).** *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York, NY: Plenum.
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (2000).** The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268. [https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104\\_01](https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01)
- Global Psychology Alliance (2019).** *Global Psychology Alliance proclamation*. American Psychological Association. Retrieved from: <https://www.apa.org/international/global-insights/climate-summit-proclamation.pdf>
- Global Psychology Alliance (2022a).** *Global Psychology Alliance proclamation*. American Psychological Association. Retrieved from: <https://www.apa.org/international/networks/global-psychology-alliance/proclamation-english.pdf>
- Global Psychology Alliance (2022b).** *The international summits on psychology and global health*. American Psychological Association. Retrieved from <https://www.apa.org/international/resources/global-summit>
- Global Psychology Alliance (2024).** *About the Global Psychology Alliance*. American Psychological Association. Retrieved from <https://www.apa.org/international/networks/global-psychology-alliance>
- Hayhoe, C. (2021).** *Saving us: A climate scientist's case for hope and healing in a divided world*. New York, NY: Atria/One Signal Publications.
- IPCC (2023).** *Climate change 2023: Synthesis report*. A report of the intergovernmental panel on climate change. Contribution of working groups I, II and III to the sixth assessment report of the intergovernmental panel on climate change [core writing team, H. Lee and J. Romero (Eds.)]. IPCC, Geneva, Switzerland. Retrieved from <https://www.ipcc.ch/report/ar6/syr/>
- Kahane, A. (2017).** *Collaborating with the enemy: How to work with people you don't agree with or like or trust*. Oakland, CA: Berrett-Koehler Publishers Inc.
- Keyßer L. T., Lenzen M. (2021).** 1.5 °C degrowth scenarios suggest the need for new mitigation pathways. *Nature Communications*, 12(1), 2676. <https://doi.org/10.1038/s41467-021-22884-9>
- Maibach, E. W., Uppalapati, S. S., Orr, M. & Thaker, J. (2023).** Harnessing the power of communication and behavior science to enhance society's response to climate change. *Annual Review of Earth and Planetary Sciences*, 51(1), 53–77. <https://doi.org/10.1146/annurev-earth-031621-114417>
- Mann, M. (2021).** *The new climate war: The fight to take back our planet*. London, UK: Scribe.

- Meinschausen, M., Lewis, J., McGlade, C., Gutschow, J., Nicholls, Z., Burdon, R. et al. (2022).** Realization of Paris agreement pledges may limit warming to just below 2C. *Nature*, 604(7905), 304–309. <https://doi.org/10.1038/s41586-022-04553-z>
- Morrissey, T. & Plenty, R. (2022).** Leading on climate in times of uncertainty and change. In A. Clinton, B. Dixon & T. Morrissey (Eds.), *Climate action and global psychology* (pp. 182–217). New Zealand Psychological Society. Retrieved from [https://www.psychology.org.nz/application/files/1116/6744/8139/ClimateAction\\_and\\_Global\\_Psychology.pdf](https://www.psychology.org.nz/application/files/1116/6744/8139/ClimateAction_and_Global_Psychology.pdf)
- Ostrum, E. (1990).** *Governing the commons: The evolution of institutions for collective action*. Cambridge, MA: Cambridge University Press.
- Pearson, A. R., Tsai, C. G. & Clayton, S. (2021).** Ethics, morality, and the psychology of climate justice. *Current Opinion in Psychology*, 42, 36–42. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2021.03.001>
- Pihkala, P. (2022).** Toward a taxonomy of climate emotions. *Frontiers in Climate*, 3, 738154. <https://doi.org/10.3389/fclim.2021.738154>
- Plenty, R. & Morrissey, T. (2020).** *Easier said than done? Psychology's contribution to climate change*. American Psychological Association. Retrieved from <https://www.apa.org/international/global-insights/combat-climate-change>
- Prochaska, J. O. & DiClemente, C. C. (1983).** Stages and processes of self-change in smoking: Toward an integrative model of change. *Journal of Consulting & Clinical Psychology*, 51(3), 390–395.
- Udall, M. U., Groot, J., De Jong, S. B. & Shankar, A. (2021).** How I see me – A meta-analysis investigating the association between identities and pro-environmental behaviour. *Frontiers in Psychology*, 12, 582421. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.582421>
- United Nations Development Programme (UNDP) and University of Oxford (2021).** *Peoples' climate vote. Results*. Retrieved from <https://www.undp.org/library/peoples-climate-vote>
- Uzzel, D. (2021, July).** *Keynote speech at the British Psychological Societies division of counselling psychology conference*. Retrieved from <https://www.bps.org.uk/news/behaviour-change-not-enough-tackle-climate-change-we-need-rethink-our-priorities-say>
- World Health Organization (WHO; 2023).** *Delivering effective and accountable mental health and psychosocial support (MHPSS) during emergencies and beyond*. Retrieved from [https://www.who.int/news-room/feature-stories/detail/delivering-effective-and-accountable-mental-health-and-psychosocial-support-\(mhps\)-during-emergencies-and-beyond](https://www.who.int/news-room/feature-stories/detail/delivering-effective-and-accountable-mental-health-and-psychosocial-support-(mhps)-during-emergencies-and-beyond)

## 6. EMPFEHLUNGEN

### Empfehlungen allgemein

Wirksame Klimastrategien sollen nachhaltig, wissenschaftlich fundiert und gemeinschaftsorientiert angelegt sein.

Die Entwicklung eines umfassenden *Klimabewusstseins in der Bevölkerung* ist dringend erforderlich, insbesondere durch die Entwicklung einer realitätsnahen Risikowahrnehmung und einer höheren Achtung ökologischer sowie sozialer Werte und den Ausbau des Wissens über wirksames Handeln.

Zentrale Aufgabe ist die *Stärkung der Handlungskompetenzen* für eine ökologisch, sozial und ökonomisch nachhaltige Entwicklung von Individuen, Gruppen und Organisationen. Eine breitere Anwendung psychologischer Grundlagen trägt dazu bei, Gemeinschaften zu stärken, das öffentliche Engagement für Umweltmaßnahmen zu fördern und eine nachhaltige Politikentwicklung zu unterstützen.

Es muss ein nationaler Plan entwickelt werden, wie mittelfristig die *Resilienz der Menschen* so verbessert werden kann, dass sie angemessen und möglichst produktiv mit den Stressbelastungen durch den Klimawandel umgehen können. Dieser *ationale Resilienzplan* muss alle gesellschaftlichen Strukturen (Politik, Bildung, Gesundheits- und Sozialwesen, Infrastruktur usw.) und psychologische Expertise einbeziehen.

Der Schutz der Kinderrechte und die Bewältigung des Klimawandels erfordern ein kollektiv getragenes und interdisziplinäres Vorgehen. Die Bildung eines „*Zukunftsrats*“ könnte als Plattform Kompetenzen aus verschiedenen Bereichen bündeln und konzeptuell sicherstellen, dass Kinder und Jugendliche so ausgebildet und gefördert werden, dass sie in der Lage sind, in guter Gesundheit, Teilhabe und Selbstbestimmung Verantwortung auch für kommende Generationen zu übernehmen.

*Die Weiterentwicklung des Gesundheitssystems* für einen adäquateren Umgang mit bereits vorhandenen und drohenden Auswirkungen auf die körperliche und psychische Unversehrtheit ist geboten. Dies sollte auf der Basis einer wissenschaftlichen Erfassung und Einordnung psychologischer und sozialer Auswirkungen der Klimakrise erfolgen.

Die internationale Bühne bietet eine unerlässliche Ergänzung auf der Metaebene als ein Raum des Austausches und für gemeinsame Projekte, des Vernetzens und des Lernens voneinander. Neben lokalen und nationalen Aktivitäten gewinnen global relevante Initiativen in der Arbeit gegen den bedrohlichen Klimawandel mittels psychologischer Perspektiven immer mehr an Bedeutsamkeit.

### Empfehlungen an Psychologie, Politik und die Gesellschaft

Internationale, europäische und nationale Psycholog\*innenvereinigungen sollten ihr Engagement und Kooperationen auf transnationaler Ebene u. a. im Erfahrungsaustausch und in der Erstellung von Materialien verstärken und weiterentwickeln.

Es ist im Klimaschutz von besonderer Bedeutung, den Anwendungsbereich der Psychologie zu erweitern, also über die Beeinflussung des individuellen Verhaltens hinaus *kollektive Anstrengungen und systemische Veränderungen* zu bewirken.

Indem sich die Psychologie aus einer systemischen Perspektive für eine klimafreundliche gesellschaftliche Kultur einsetzt, die Menschen in ihrer Selbstwirksamkeit ebenso wie in ihrem Gemeinsinn stärkt, kann sie einen entscheidenden Beitrag für mehr Nachhaltigkeit leisten.

Die Psychologie muss sich in *gemeinschaftsbasierten Aktionen* einbringen und Entscheidungsträger\*innen sowie Vorstände und Aufsichtsräte ansprechen, die in der Lage sind, transformative, groß angelegte Umweltreformen effizient umzusetzen.

Ein breites, *ganzheitliches Verständnis von Resilienz* bildet die Notwendigkeit von Anstrengungen sowohl auf der individuellen und den kleineren kollektiven Ebenen (politische Gruppen, Betriebe, Behörden etc.) als auch auf den größeren gesellschaftlichen Ebenen ab.

Ein stärkerer Einsatz der Kompetenzen aus den Anwendungsbereichen der Psychologie bei der Gestaltung und Umsetzung politischer Maßnahmen ist nötig, damit politische Maßnahmen auf dem Verständnis über menschliches Erleben und Verhalten und von sozialen Dynamiken beruhen. Somit kann Vertrauen in politische Prozesse und in die Hoffnung auf deren Wirksamkeit gestärkt werden.

Wissenschaftliche Forschung zum Zusammenhang zwischen Klimawandel und psychischen Erkrankungen ist nötig und sollte ausgebaut werden.

### **Empfehlungen für die Praxis: Konzepte und Strukturen**

*Kollektive Wirksamkeit ist ein Schlüsselfaktor* bei Umweltschutzaktionen, da sie das Handeln der Einzelnen beeinflusst und den Glauben an einen gemeinschaftlich getragenen Wandel stärkt. Gemeinsame Erfahrungen und Gruppennormen sind bei der Förderung von Verhaltensänderungen wirkungsvoller als bloße Informationen oder Überzeugungsarbeit und als Ansatz zu präferieren.

Der *Aufbau systemischer Resilienz* (beispielsweise über die Entwicklung und Implementierung von Handlungsplänen für Institutionen und Administrationen) ist zusammen mit der *Stärkung individueller Resilienz* zu verfolgen.

Politik und Entscheider\*innen sollten bei ihren Maßnahmen zur Bewältigung der Klimakrise die Bedürfnisse und die *Vulnerabilität unterschiedlicher Bevölkerungsgruppen* berücksichtigen. Es ist wichtig, gerechte Lösungen zu entwickeln, die diejenigen unterstützen, die am stärksten von den Auswirkungen des Klimawandels betroffen sind.

Zur wirksamen Bekämpfung des Klimawandels sollte der Schwerpunkt innerhalb von *Gemeinden bzw. Gemeinschaften* und auf umweltfreundliches Verhalten mit hoher Wirksamkeit gelegt werden.

*Organisationen*, einschließlich öffentlicher, kommerzieller und nicht staatlicher Organisationen, können umweltfreundliches Verhalten prägen und breitere systemische Veränderungen unterstützen, die für wirksame Klimaschutzmaßnahmen notwendig sind.

Die Politik sollte *psychologische Unterstützungssysteme* etablieren, um mit psychischen Belastungen und Ängsten im Zusammenhang mit dem Klimawandel umzugehen. Dies kann in Form von Beratungs- und Therapieangeboten erfolgen, die auf die spezifischen Bedürfnisse der Betroffenen zugeschnitten sind.

Um von einer rein technisch-ökonomisch orientierten Vorstellung der Transformation hin zu einer ganzheitlicheren sozial-ökologischen Transformation zu gelangen, ist es notwendig, die *Resilienzstrategien auf der Verhaltensebene* näher zu betrachten und sie bei der Einführung neuer Innovationen zu berücksichtigen. Die Überwindung von Barrieren wie geringem Umweltbewusstsein und strukturellen Herausforderungen ist von entscheidender Bedeutung. *Gemeinschaftsbasierte Interventionen* sollten, psychologisch konzeptionell unterstützt, *soziale Normen und Werte* nutzen, um umweltfreundliches Verhalten zu fördern und zu verbreiten.

## **Empfehlungen zu Bildung und Kommunikation zur Förderung von Klimafreundlichkeit**

### *Kommunikation*

Zentrale Ziele psychologisch gestalteter Klimakommunikation bestehen darin, Gemeinschaften zu stärken, die Beteiligung und ein breiteres Engagement für den Umweltschutz zu fördern und die Wirksamkeit von Umweltmaßnahmen zu verbessern. Die Kommunikation zum Klimawandel zielt mittels psychologisch fundierter Strategien darauf ab, Verhaltensweisen zu ändern und gesellschaftliches Engagement für Nachhaltigkeit fördern.

Wirksame Kommunikation erfordert mehr als nur die Übermittlung von Informationen und umfasst u. a. Ansprache, strategische Botschaften und plastische Beispiele für nachhaltiges Verhalten.

Psychologisches Basis- und Spezialwissen bietet effektive Konzepte, um Botschaften zu erstellen, die unterschiedliche Werte und Motivationen ansprechen, indem Framing-Techniken benutzt werden, um die persönlichen und kollektiven Vorteile von Umweltmaßnahmen hervorzuheben.

Die „emotionale Wende“ in der Umweltkommunikation erkennt Emotionen als wichtige Antriebskräfte an. Dabei ist Vorsicht geboten, insbesondere angesichts potenzieller negativer Auswirkungen auf das psychische Wohlbefinden sowie der Gefahr, sich zu sehr auf emotionale Ansprache zu verlassen, um umweltfreundliches Verhalten zu fördern.

In einem moderaten Ausmaß können sogenannte „eco-emotions“ als notwendiger Schritt hin zu einer nachhaltigeren und gerechteren Welt betrachtet werden.

Erst eine emotionale Verarbeitung der Klimakrise kann zusammen mit der Befriedigung der Grundbedürfnisse nach Kompetenz, Autonomie und Zugehörigkeit und der Bereitstellung klarer Handlungsempfehlungen sowie der Vermittlung von Selbstwirksamkeit in der notwendigen Breite zu adäquatem Handeln motivieren.

Lediglich auf eigentlich dringend erforderliche politische Entscheidungen zu hoffen, wird sich – ausgehend von den Erfahrungen der vergangenen vier Jahrzehnte – als ebenso wenig nachhaltig resilient erweisen, wie politisch allein auf Veränderungen im individuellen Konsumverhalten zu setzen.

Im Kontext der Klimakrise sollten deshalb vor allem Resilienzstrategien identifiziert werden, die sich nicht allein auf eine eher kurzfristig wirksame Adaptation, sondern insbesondere auf eine langfristige Wirkung entfaltende *Transformation des Status quo* konzentrieren.

Der Umgang mit direkten und indirekten Auswirkungen auf die psychische Gesundheit erfordert die Anerkennung der *Unterschiedlichkeit betroffener Gruppen* und die Förderung von Resilienz sowohl des *Einzelnen als auch der Gemeinschaft*, um eine wirksame Anpassung an klimabedingte Stressfaktoren zu ermöglichen. Politik und Medien sollten Menschen helfen, *Desinformation* und falsche Berichte zum Thema Klimawandel zu erkennen.

Im Umgang mit *Leugner\*innen des Klimawandels* sollten psychologische Erkenntnisse einbezogen werden.

### *Bildung*

Eine systemisch ausgerichtete psychologische Beratung kann beispielsweise Schulen, aber auch andere Institutionen, darin unterstützen, zu einer wegweisenden sozialen Infrastruktur mit Vorbildcharakter in Sachen Nachhaltigkeit zu werden – und zu regelrechten *Resilienz-Zentren* mit gesellschaftlichem Impact. *Resilienzbildung* ist wie *Nachhaltigkeitsbildung* im Bildungssystem weitgehend zu etablieren. Für schulische Bildung stellen sie bedeutsame Aufgaben und kein „Add-on“ dar. Im besten und wirksamsten Falle sind beide Säulen in Schulen und anderen Bildungsinstitutionen immanente Zielsetzungen und bilden gemeinsam die Grundlagen.

Psycholog\*innen und Pädagog\*innen im Bildungswesen müssen in ihrer Rolle als (Schul-) Entwicklungs-, Resilienz- und Nachhaltigkeits-Agent\*innen gestärkt werden.

Bildungsprogramme zum Umgang mit dem Klimawandel und zur Förderung von Klimabewusstsein müssen die Bedeutung sozialer Gruppennormen strukturell beachten und auf die Überzeugung der Entscheider\*innen und Leitungspersonen auf der Ebene von Gemeinschaften und Gruppen als Vertreter\*innen des Wandels abzielen.

## 7. KORRESPONDENZADRESSEN

### **Dr. Meltem Avci-Werning**

Dipl. Psych., Psychologische Psychotherapeutin  
avci-werning@gmx.de

### **Berufsverband Deutscher Psychologinnen und Psychologen e.V. (BDP)**

<https://www.bdp-verband.de/>  
info@bdp-verband.de

### **Susanne Berwanger**

Dipl.-Psych.  
Vorsitzende der Sektion der Psychologischen Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten im BDP e. V. (VPP)  
berwanger@vpp.org

### **Thordis Bethlehem**

Dipl.-Psych., Präsidentin des BDP  
t.bethlehem@bdp-verband.de

### **Katharina van Bronswijk**

M. Sc. Psychologie, Psychologische Psychotherapeutin  
Psychologists/Psychotherapists for Future e.V.  
presse@psychologistsforfuture.org

### **Lea Dohm**

Dipl.-Psych., Psychologische Psychotherapeutin  
KLUG - Deutsche Allianz Klimawandel und Gesundheit e.V.  
lea.dohm@klimawandel-gesundheit.de

### **European Federation of Psychologists' Associations (EFPA)**

<https://www.efpa.eu/>

### **Global Psychology Alliance (GPA)**

<https://www.apa.org/international/networks/global-psychology-alliance>

### **Christoph M. Hausmann**

Dipl.-Psych., Psychologischer Psychotherapeut  
psychotherapie-hausmann@posteo.de

**Janna Hoppmann**

Psychologin (M. Sc.), Klima- und Organisationspsychologie  
Gründerin und CEO von ClimateMind  
mail@climatemind.de

**Verena Kantrowitsch**

Dipl.-Psych.  
vkantrowitsch@icloud.com

**Dr. Kirsten Kappert-Gonther**

MdB Bündnis 90/Die Grünen  
Amtierende Vorsitzende des Ausschusses für Gesundheit  
Präsidentin der Bundesvereinigung Prävention und Gesundheitsförderung e.V. (BVPG)  
Vorstandsvorsitzende der Aktion Psychisch Kranke e.V. (APK)  
kirsten.kappert-gonther@bundestag.de

**Dr. Pia Niessen**

Wissenschaftliche Mitarbeiterin  
Fraunhofer Institut für System- und Innovationsforschung (ISI)  
pia.niessen@isi.fraunhofer.de

**Margret Rasfeld**

Schule im Aufbruch gGmbH, Gründerin  
Reallabor Leipzig, Gründerin  
margret-rasfeld.de  
margret.rasfeld@posteo.de

**Sára Ritter**

Psychologin (M. Sc.), Paartherapeutin, zertifizierte Mediatorin (MedG)  
saraanna.ritter@gmail.com

**Julia Scharnhorst**

Dipl.-Psych., MPH  
Leiterin des Fachbereichs Gesundheitspsychologie im BDP  
Health Professional Plus  
julia.scharnhorst@h-p-plus.de

**Ralph Schliewenz**

Dipl.-Psych., Vizepräsident Berufsverband Deutscher Psychologinnen und Psychologen e.V. (BDP)  
r.schliewenz@bdp-verband.de

**Katharina Simons**

Dipl.-Psych., MPH, Psychologische Psychotherapeutin  
k.simons@cryp.to

**Bibliografische Information der  
Deutschen Bibliothek**

Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese  
Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie.  
Detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über  
<http://dnb.ddb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-942761-87-1

*Verlag*

Deutscher Psychologen Verlag GmbH, Berlin

*Satz/Layout*

Michael Zander, Dresden

*Druck*

druckhaus köthen, Köthen

**Urheberrechtlicher Hinweis:**

Dieses Werk ist urheberrechtlich geschützt. Die Nutzung  
und Verbreitung des Berichts ist unter Nennung der Quelle  
erlaubt und ausdrücklich erwünscht, gemäß der Creative  
Commons Lizenz BY-SA 4.0.

Jede andere Verwertung außerhalb der Bedingungen dieser  
Lizenz, insbesondere Vervielfältigungen, Übersetzungen  
oder die Einspeicherung in elektronische Systeme, bedarf  
der ausdrücklichen Zustimmung des Verlages und des  
Herausgebers.

Alle Rechte vorbehalten

© 2024 Deutscher Psychologen Verlag GmbH

Printed in Germany

ISBN 978-3-942761-87-1