

Klimapsychologie zwischen Untergangsdrohung und Verzweiflungsarbeit

Climate Psychology Between the Threat of Extinction and Despondency Work

Volker Beck

Themenschwerpunkt Pandemie – Gesellschaften in der Krise

Zusammenfassung

Die sich dynamisch verschärfende Klimakatastrophe wirkt sich zunehmend auf das psychische Befinden vieler Menschen aus und führt zu vielfältigen psychischen Reaktionen. Mehr und mehr wird über Klima-Angst und Klima-Depression diskutiert. Diese Empfindungen dürfen nicht als Krankheitssymptome klassifiziert werden. Die Psychologie muss angesichts der Klimakatastrophe eine theoretische wie praktische Grundlage für sogenannte „Verzweiflungs-Arbeit“ beschreiben und anbieten. Dabei können wir aus den Erfahrungen der Friedensbewegung mit der Atomkriegsdrohung in den 80er-Jahren des vergangenen Jahrhunderts wie auch aus dem Umgang mit Verzweiflung in der Psychoonkologie lernen. Es geht um eine integrierte und versöhnte Vorstellung von Verzweiflungszuständen in ein übergreifendes, spirituell-religiös inspiriertes, gleichberechtigtes Verhältnis zwischen Mensch und Natur. Auf diesem Weg müssen sowohl die Psychologie wie auch die Gesundheitswissenschaften neue Begriffe, Konzepte und Fachrichtungen wie etwa Klima-Psychologie, Verzweiflungsarbeit, Öko-Empathie und Eco-Public Mental Health beachten, wissenschaftlich definieren und praktisch verwirklichen.

Abstract

The dynamically worsening climate catastrophe is increasingly affecting the psychological well-being and psychological reactions such as climate fear and climate depression. Such feelings should not be classified as symptoms of illness or be diagnosed as psychiatric disorders. In view of the climate catastrophe, psychology must describe and offer a theoretical and practical basis for so-

called “despair work”. In this respect, we can learn from the experiences of the peace movement and anti-nuclear-war initiatives in the eighties as well as from the work of psycho-oncologists. The point is to develop an integrated and reconciled idea of individual feelings of despondency into a spiritually and religiously inspired equitable relationship between humans and nature. Psychology and the humanities have to take into account, scientifically define, and put into practice new terms, concepts, and disciplines such as climate psychology, despair work, eco-empathy, and eco-public mental health. All in all, we need more strength and personal courage for dealing with feelings of despair.

1. 5 vor 12 oder 12 Uhr mittags?

Klimawandel, Klimakrise, Klimakatastrophe, Klimatrauma, Klimakollaps. Der sich permanent beschleunigende Superlativ der Untergangsprophezeiungen überfordert sowohl die kognitiven wie auch die emotionalen Kapazitäten des modernen Menschen. Viele Menschen sind tief erschüttert und geschockt über den Zustand unseres Planeten. Niemals hätten sie es für möglich gehalten, dass wir uns in Windeseile mit gravierenden Veränderungen in unserer Lebenswelt auseinandersetzen müssen.

Der Klimawandel ist längst zu einem Klimatrauma geworden.

Tagtäglich müssen wir neue, schlimme Nachrichten lesen und hören. Das Eis an den Polen und in Grönland schmilzt vor unseren Augen, der Amazonas brennt ab, die Gletscher in den Alpen, im Himalaya und in