

Wer sind die Psychologists / Psychotherapists for Future (Psy4F)?





- gegründet im April 2019
- Graswurzelbewegung
- Schließt sich den <u>Zielen der FFF</u> an (Begrenzung der globalen Erwärmung auf unter 1,5 Grad Celsius)
- <u>Selbstverständnis</u> (überparteilich, überinstitutionell, gegen jede Form der Diskriminierung)
- Ca. 30 Regionalgruppen, 15-20 überregionale AGs
- <u>Schwerpunkte</u>: Öffentlichkeitsarbeit, interdisziplinäre Zusammenarbeit, Unterstützung von Engagierten.
- Derzeit in der Vereinsgründung

Forderung der Fridays for Future: Einhaltung des Pariser Abkommens und des 1,5 Grad Limits!



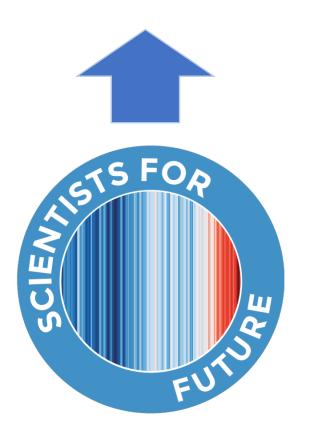


"Common but differenciated responsibilities"!

Unsere Verantwortung ist global, unkündbar & permanent!

Forderung der Fridays for Future: Einhaltung des Pariser Abkommens und des 1,5 Grad Limits!





"Die Anliegen der demonstrierenden jungen Menschen sind berechtigt und gut begründet!" "Jetzt muss gehandelt werden. (...) Ohne tiefgreifenden und konsequenten Wandel ist ihre Zukunft in Gefahr"

27.000 Wissenschaftler*innen Stellungnahme 12. März 2019

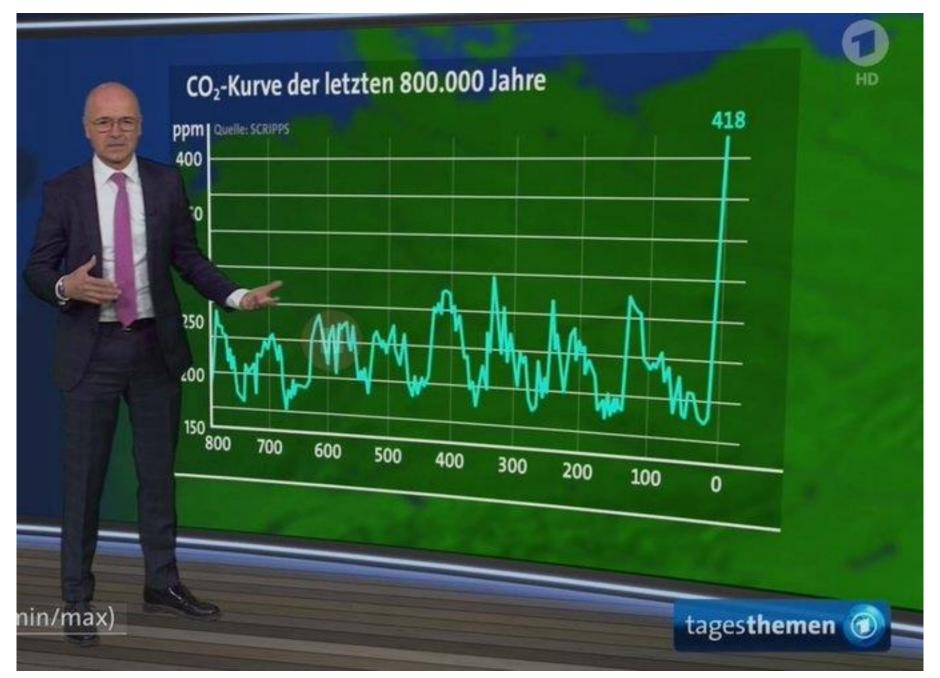
"Als Menschen, die mit wissenschaftlichem Arbeiten vertraut sind und denen die derzeitigen Entwicklungen große Sorgen bereiten, sehen wir es als unsere gesellschaftliche Verantwortung an, auf die Folgen unzureichenden Handelns hinzuweisen."

Waldzustandsbericht 2019:

- Nur noch jeder 5. Baum gesund.
- Mehr als jeder 3. Baum in der Krone deutlich aufgelichtet.
- Die Bäume sind durch Trockenstress stark geschwächt und
- damit anfällig für
 Massenvermehrungen
 baumschädigender Insekten
 (z.B. Borkenkäfer).
- Der Kronenzustand unserer Waldbäume war noch nie so schlecht.





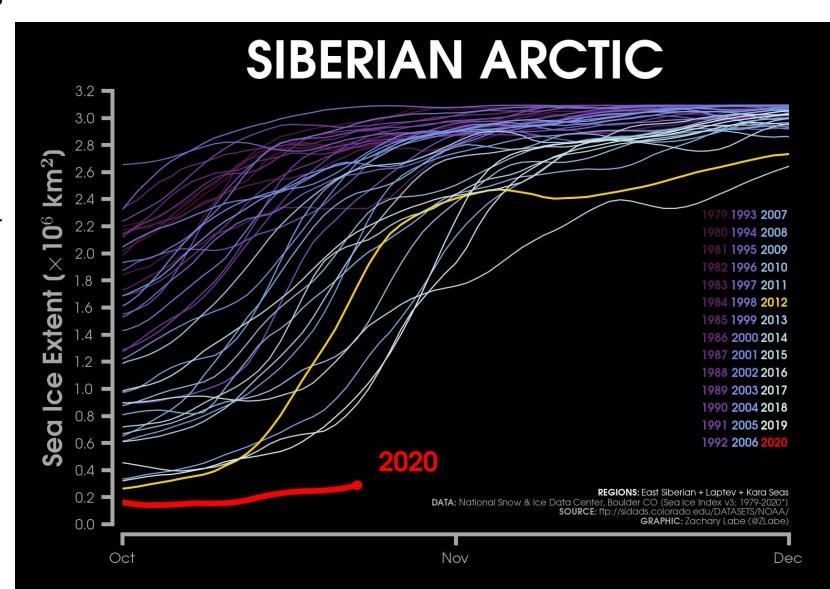


Anders Levermann, Potsdamer Institut für Klimafolgenforschung, Aug. 2020:

"Ich bin seit 20 Jahren Klimaforscher und seit 20 Jahren arbeite ich an Kipppunkten im Klimasystem

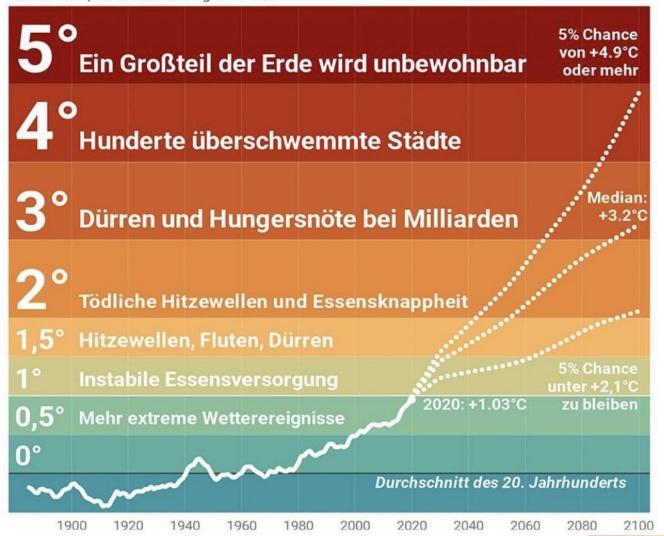
Und es ist genauso ernst, wie wir gesagt haben. Wenn der westantarktische Eisschild kippt, dann verlieren wir Hamburg, Shanghai, Kalkutta, New York, Tokio und so weiter."

"Wir brauchen null Emissionen. Null!" - Süddeutsche Zeitung, 25.08.2020



Wie heiß darf es werden?

Globale Temperaturabweichung in Celsius



Wie geht es Ihnen mit dem Gehörten?





fental Health and Our Changing Climate: Impacts, Implications, and Guidanc

ACKNOWLEDGEMENTS

Susan Clayton

THIS GUIDE IS BROUGHT TO YOU BY





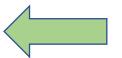




EDITORS AND CONTRIBUTORS Ashlee Cunsolo, PhD, Director, Labrador Institute of

Von 2017 Kostenfrei zum Download verfügbar





Darin 7.B.

- Ergebnisübersicht des <u>US Global Change Research</u> Programs (2016) über die psychischen und sozialen Folgen des Klimawandels
- Möglichkeiten der individuellen & sozialen Unterstützung, um psychologische Folgeschäden zu minimieren.
- Handlungsmöglichkeiten für Psycholog*innen und Psychotherapeut*innen

Implikationen für die Psychotherapie

Z.B. APA-Broschüre, aber auch:

Äußere Einflüsse können nachhaltige Wirkung auch auf unsere psychische Gesundheit und auch das therapeutische Setting haben.

<u>Dieses Phänomen wird sich in den nächsten</u> <u>Jahren und Jahrzehnten weiter permanent</u> <u>verstärken.</u>

2020



Psychische Abwehrmechanismen

(gesund und normal)

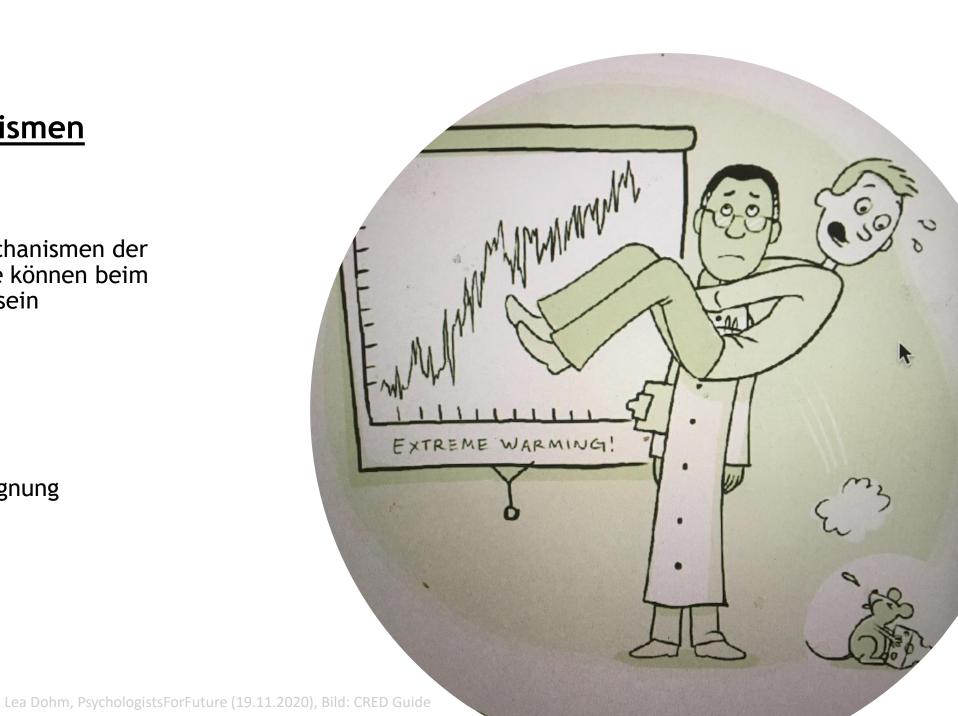
Sämtliche Abwehrmechanismen der klinischen Psychologie können beim Klimathema wirksam sein

Beispiele:

Verdrängung / Verleugnung

Omnipotenz-Erleben

Single-Action-Bias



Individualismus

Letztlich ist Jeder Einzelne, jeder Endverbraucher dafür verantwortlich, Maßnahmen zur Bekämpfung des Klimawandels zu ergreifen.

Whataboutismus

Unser CO2-Fußabdruck ist im Vergleich zu [...] vernachlässigbar. Daher macht es für uns keinen Sinn, etwas zu unternehmen. zumindest bis [...] dies tut.

Die 'Trittbrettfahrer'-Ausrede

Die Reduzierung der Emissionen wird uns schwächen. Andere haben keine wirkliche Absicht, ihre Emissionen zu reduzieren, und werden dies ausnutzen.

Wandel ist unmöglich

Jede Massnahme zur wirksamen Reduzierung der Emissionen würde der heutigen Lebensweise oder der menschlichen Natur zuwiderlaufen und ist daher in einer demokratischen Gesellschaft unmöglich umzusetzen.

Untergangsfantasien

Alle Maßnahmen zur Schadensbegrenzung, die wir ergreifen, sind nicht ausreichend und zu spät. Der katastrophale Klimawandel ist unvermeidlich. Wir sollten uns anpassen oder unser Schicksal in den Händen Gottes oder der Natur akzeptieren.

Andere sollen zuerst mal was unternehmen: Abwälzen von

Verantwortung

Wie Klimaschutz

Die Folgen des Klimawandels können nicht abgemildert werden:

verzögert wird: die Ausreden Kapitulation

Disruptiver Wandel ist unnötig: forcieren nichttransformativer

Lösungen

Die Veränderungen werden tiefgreifend sein: Hervorheben der Kehrseiten

Politischer Perfektionismus

Wir sollten nur perfekt ausgearbeitete Lösungen anstreben, die von allen betroffenen Parteien unterstützt werden; andernfalls vergeuden wir die begrenzten Möglichkeiten zur Umsetzung.

Appell an das Wohlbefinden

Fossile Brennstoffe werden für die Entwicklung benötigt. Wenn sie aufgegeben werden, werden die Ärmsten der Welt zu Not veruteilt und ihnen wir das Recht auf eine moderne Existenzarundlage verweigert.

Technologischer Optimismus Wir sollten unsere Bemühungen auf aktuelle und zukünftige Technologien konzentrieren, die große Möglichkeiten zur Bewältigung des Klimawandels eröffnen werden.

Nur Worte, keine Taten

Wir sind weltweit führend in der Bekämpfung des Klimawandels. Wir haben ein ehrgeiziges Ziel verabschiedet und den Klimanotstand ausgerufen.

Fossile Brennstoffe als Lösungsansatz

Fossile Brennstoffe sind Teil der Lösung. Unsere Brennstoffe werden immer effizienter und sind die Brücke in eine kohlenstoffarme Zukunft.

Nur Zuckerbrot, keine Peitsche

Die Gesellschaft wird nur auf eine unterstützende und freiwillige Politik reagieren, restriktive Maßnahmen werden scheitern und sollten aufgegeben werden.

Soziale Gerechtigkeit als Vorwand

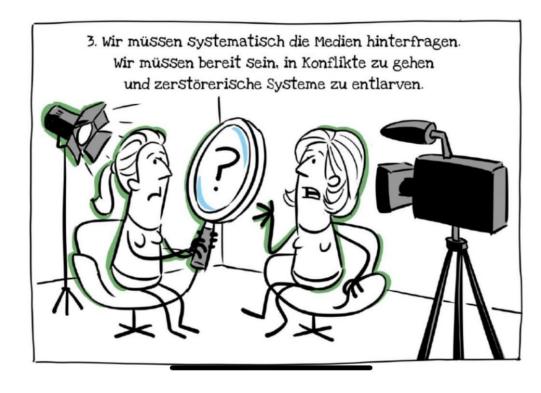
Klimamaßnahmen werden hohe Kosten verursachen. Die schwächsten Mitglieder unserer Gesellschaft werden belastet werden: hart arbeitende Menschen können ihren Urlaub nicht genießen.

Lea Dohm, Psy4F, 19.11.2020. Bild: Lamb et al. 2020

WICHTIGE SCHRITTE:







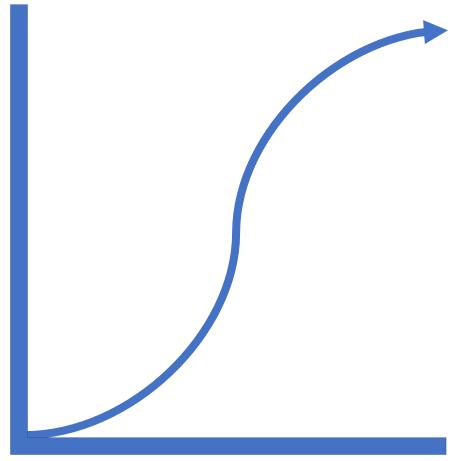


Handlungsempfehlungen von Prof. Dr. Thomas Kliche (Polit-Psychologe, Universität Magdeburg-Stendal) auf der Fachtagung Klimapsychologie Aug. 2020

Social Tipping Points: Wie viele Menschen müssen überzeugt sein?

Aktion





Für soziale Normen: 20- 25%?

Quellen:

In Kürze:

https://www.ted.com/talks/per_espen_stoknes_how_to_transform_apocalypse_fatigue_into_action_on_global_warming/up-next

Vortrag von Experin Ilona Otto gehalten am 3.6.20 hier: https://planetary-health-academy.de/materialien/

B. Ewers, J. F. Donges, J. Heitzig, S. Peterson, Divestment may burst the carbon bubble if investors' beliefs tip to anticipating strong future climate policy. https://arxiv.org/pdf/1902.07481.pdf

D. Centola, J. Becker, D. Brackbill, A. Baronchelli, Experimental evidence for tipping points in social convention. Science 360, 1116–1119 (2018). https://science.sciencemag.org/content/360/6393/1116

R. Koch, The 80/20 Principle: The Secret to Achieving More with Less (Crown Publishing Group, 2011). https://books.google.de/books?id=j2iBJI7ivl8C

Beispiele Handlungsmöglichkeiten



Vorstellungskraft trainieren: Informieren, lesen, darüber sprechen



Selbst Vorbild sein und Emissionen reduzieren



Klima in Bezugsgruppen immer wieder zum Thema machen (Arbeitsplatz, Sportverein, Kirchengemeinde, Freundeskreis, Familie,...)



Sich Klimagruppen anschließen und dranbleiben



Eigene Ideen in Klimagruppen umsetzen



Wirtschaftliche Boykottaktionen unterstützen



Klimastreiks / Demonstrationen unterstützen



Einer Partei beitreten



Gewaltfreier ziviler Ungehorsam



Petitionen starten / unterstützen (z.B. #KlimaVor8)



Leser*innenbriefe schreiben, Redaktionen kontaktieren



Strategische Nutzung sozialer Medien und des WhatsApp Status', Beteiligung an virtuellen Protestaktionen



Accounts melden, Gegenrede



Um Hilfe bitten, Verantwortung übernehmen und übertragen, anderen helfen



Vor Gericht klagen



Direkte Demokratie: Bürger*innenbegehren, Volksbegehren, Bürger*innenversammlungen



Große Visionen, Mut, eigene Ängste

Quellen:

- APA American Psychological Association, Climate for Health & EcoAmerica (Hrsg.). Clyton Whitmore- Williams, S., Manning, C., Krygsman, K. & Speis- er, M. (2017). *Mental Health and our Changing Climate: Impacts, Implications, and Guidance*.
- Boesmann, U. (2013). Bewusstsein. dpv, Berlin.
- Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (2020): Waldzustandserhebung 2020.
- Chmielewski, F. (2019). Die Verleugnung der Apokalypse der Umgang mit der Klimakrise aus der Perspektive der Existenziellen Psychotherapie. *Psychotherapeuten-journal*, 3/2019, 253-260.
- CRED Center for Research on Environmental Decisions (2009). The Psychology of Climate Change Communi- cation. A Guide for Scientists, Journalists, Educators, Political Aides, and the Interested Public. New York: Columbia University.
- Dohm, L. (2016). Wir sind Vorbilder. Ein Appell für Zivilcourage und gesellschaftliches Engagement. Psychotherapeutenjournal, 3/2016, 263.
- Dohm, L, Peter, F. & Rodenstein, B. (2020). Wenn War-nungen ungehört verhallen Psychische Prozesse im Umgang mit der Klimakrise. Report Psychologie, 45, 2/2020, 2-5.
- Kernberg, O. & Hartmann, H.-P. (2009). Narzissmus. Stutt-gart: Schattauer.
- Latané, B. & Nida, S. (1981). Ten Years of Research on Group Size and Helping. *Psychological Bulletin* 89(2), 308-324.
- Nikendei, C. (2020). Klima, Psyche und Psychotherapie. Kognitionspsychologische, psychodynamische und psy- chotraumatologische Betrachtung einer globalen Krise. *Psychotherapeut*, 65, 3-13.

Unterstützen Sie

Psychologists / Psychotherapists for Future!



Spenden Sie an:

Donate for Future: DE27 4306 0967 2079 5197 00 Verwendungszweck: Psychologists for Future

Kontakt: mail@psychologistsforfuture.org



@Psychologists4F



@psychologists4future



Psychologists for Future