DPtV Lunchtalk

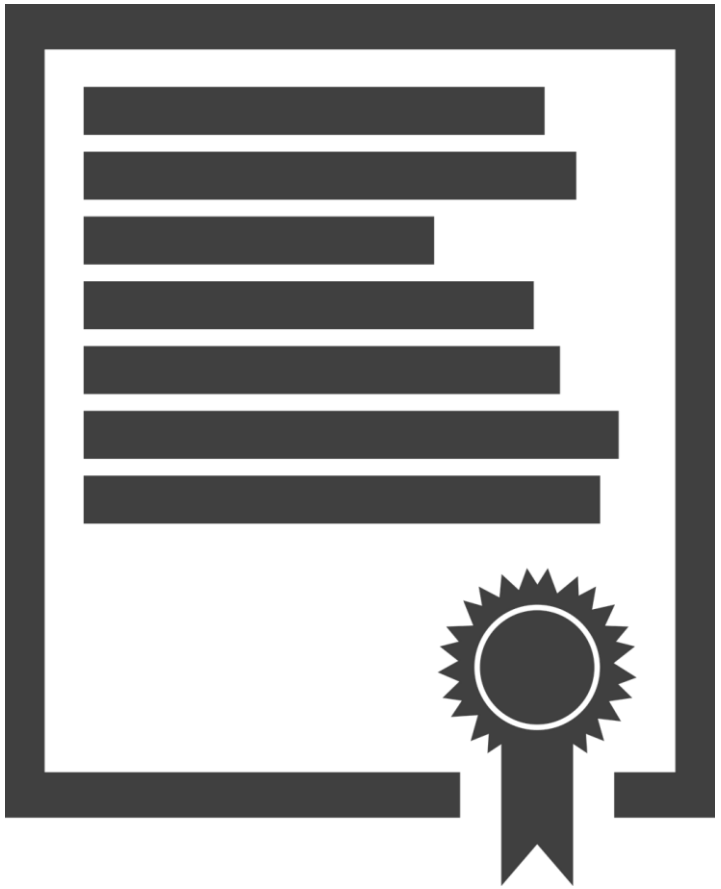
- Lea Dohm
- Psychologists / Psychotherapists for Future

- 19.11.2020

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

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

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

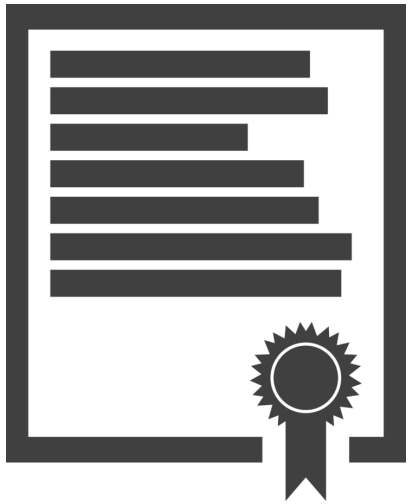


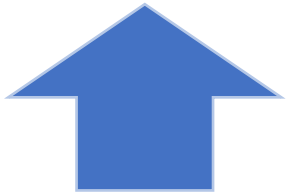
„Common but differenciated responsibilities“!

Unsere Verantwortung ist
global,
unkündbar &
permanent!

Lea Dohm, PsychologistsForFuture (2020), Bild: Fridays for Future

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“

„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.“

27.000 Wissenschaftler*innen
Stellungnahme 12. März 2019

Lea Dohm, PsychologistsForFuture (2020), Bild: Scientists4Future

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.

Bild: Schaumburger Nachrichten, 05.11.2020

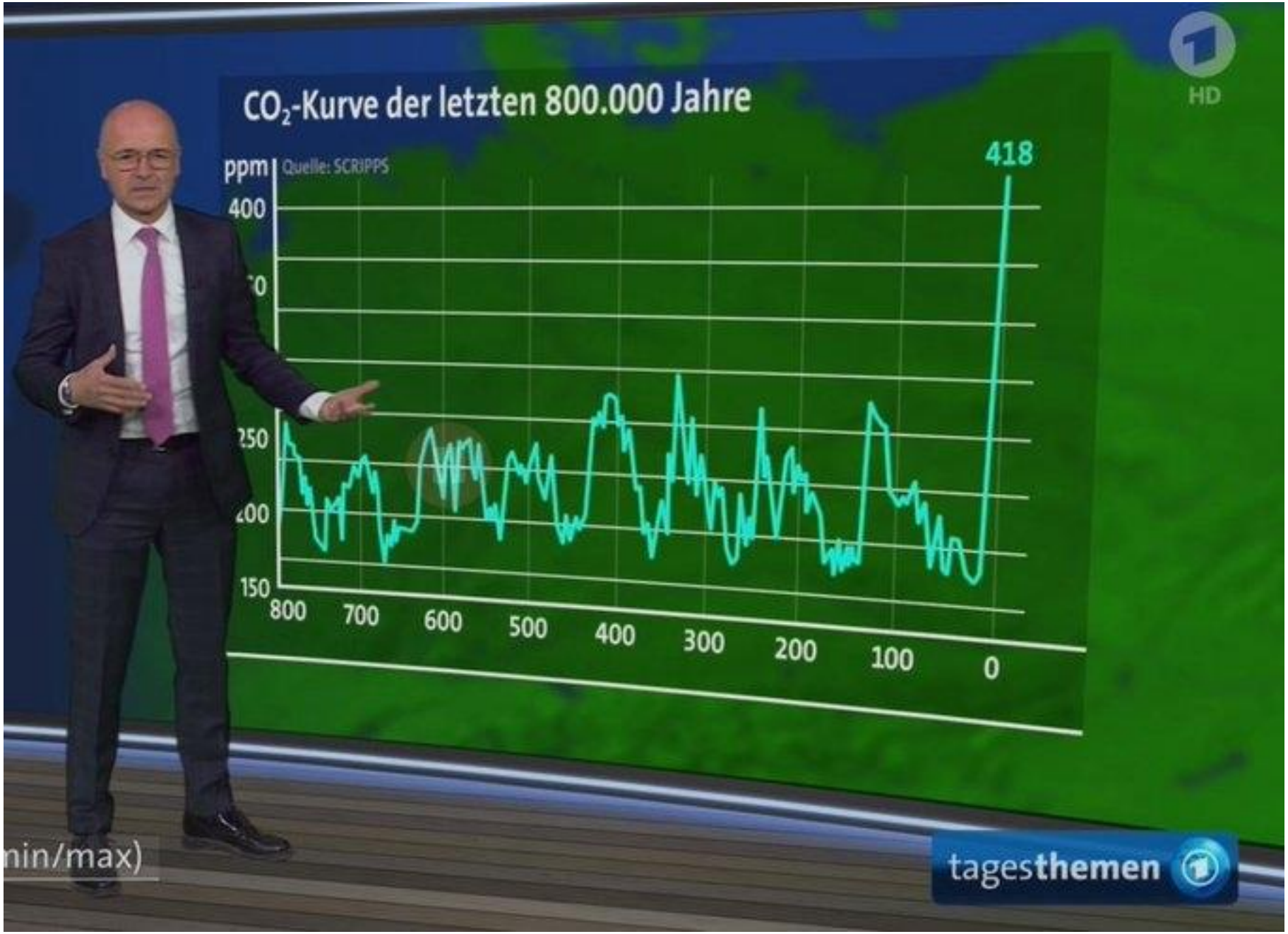


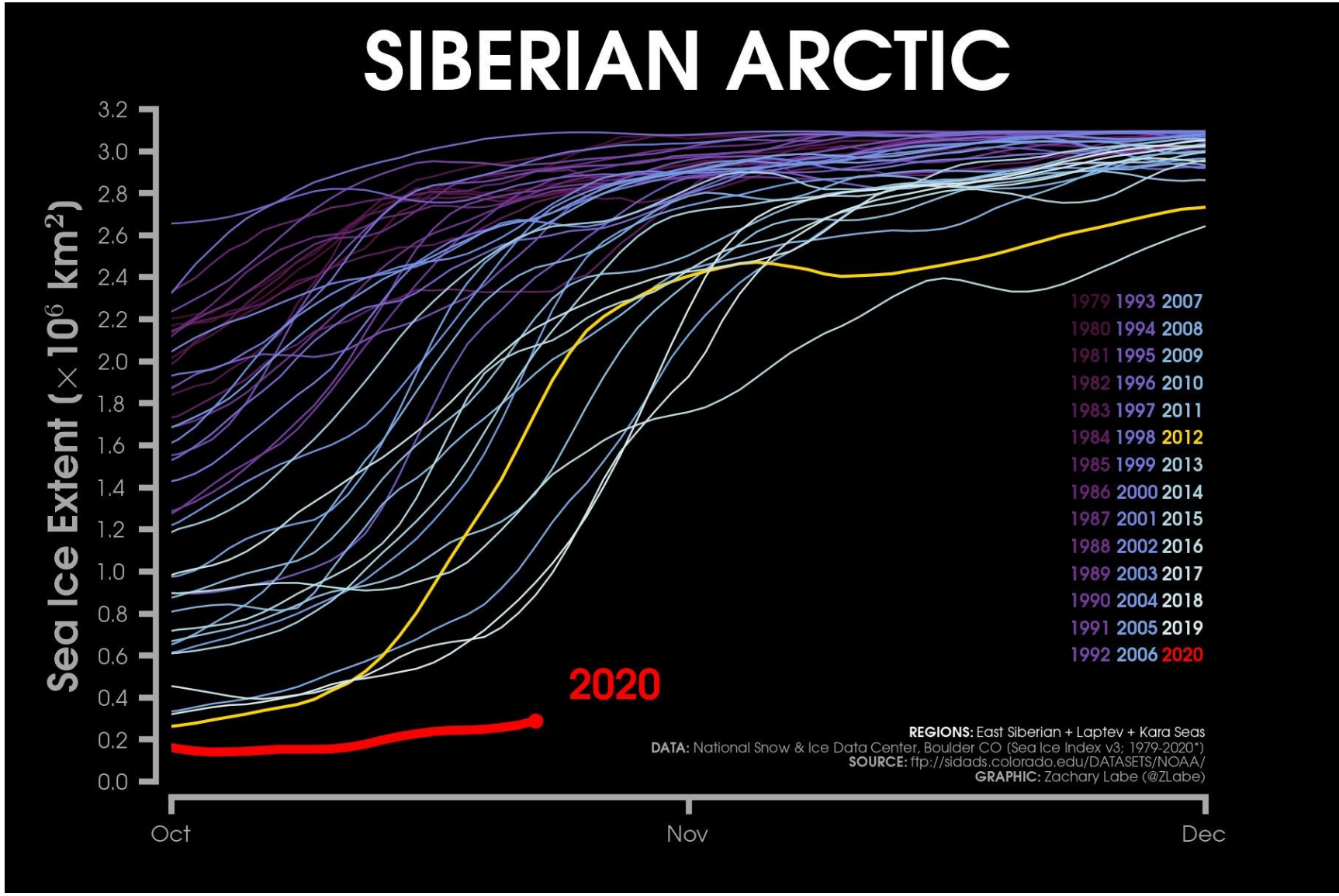
Bild: tagesthemen 03.05.2020

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

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

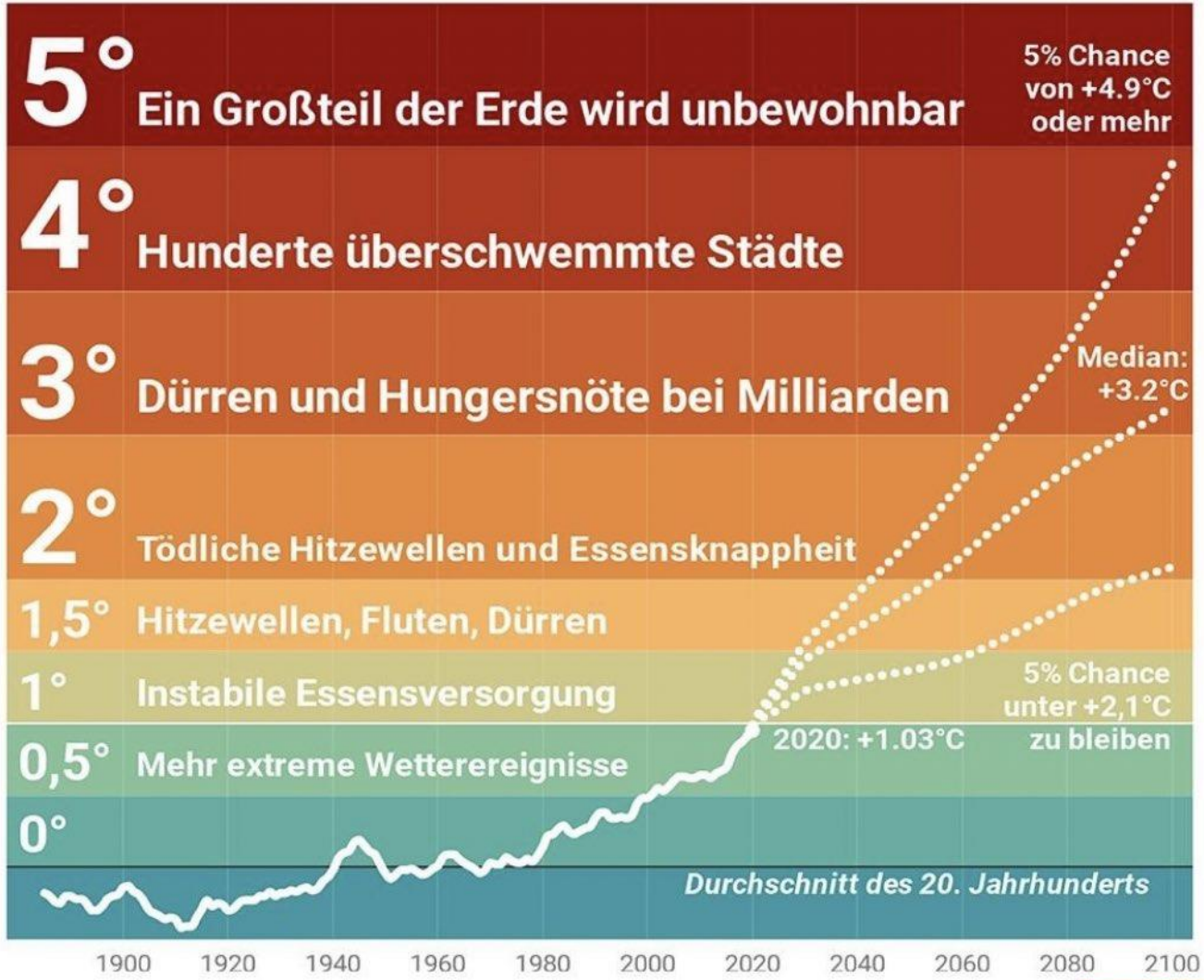
Und es ist genauso ernst, wie wir gesagt haben. Wenn der westantarktische Eisschild kippt, dann verlieren wir Hamburg, Shanghai, Kalkutta, New York, Tokio und so weiter."

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



Wie heiß darf es werden?

Globale Temperaturabweichung in Celsius



taz

Daten: NOAA/Raftery et al./Gregor Aisch

Wie geht es Ihnen mit dem Gehörten?

Von 2017
Kostenfrei zum Download verfügbar

Darin z.B.

- Ergebnisübersicht des US Global Change Research 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 Jahren und Jahrzehnten weiter permanent verstärken.</u>

Psychische Abwehrmechanismen

(gesund und normal)

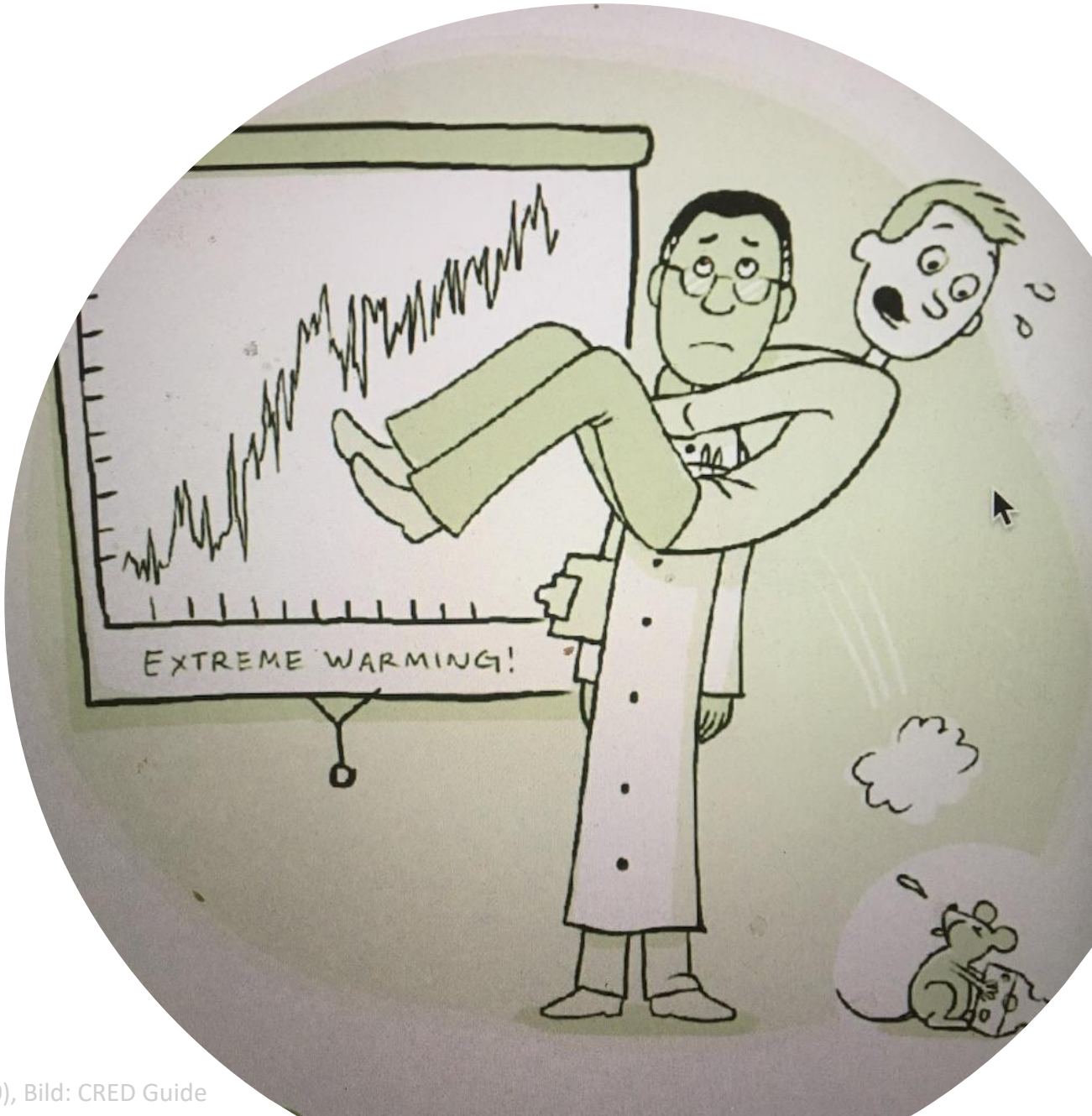
Sämtliche Abwehrmechanismen der klinischen Psychologie können beim Klimathema wirksam sein

Beispiele:

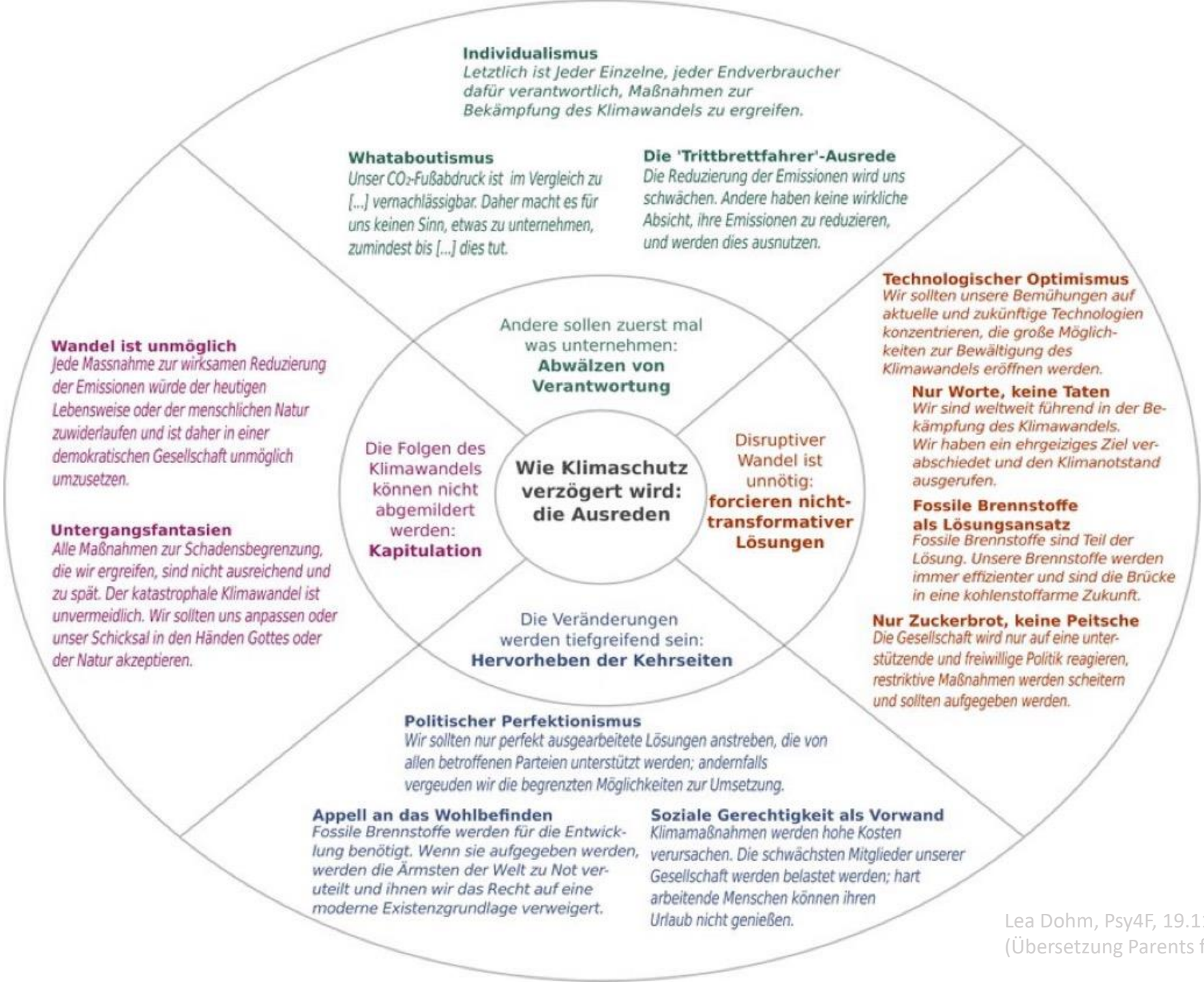
Verdrängung / Verleugnung

Omnipotenz-Erleben

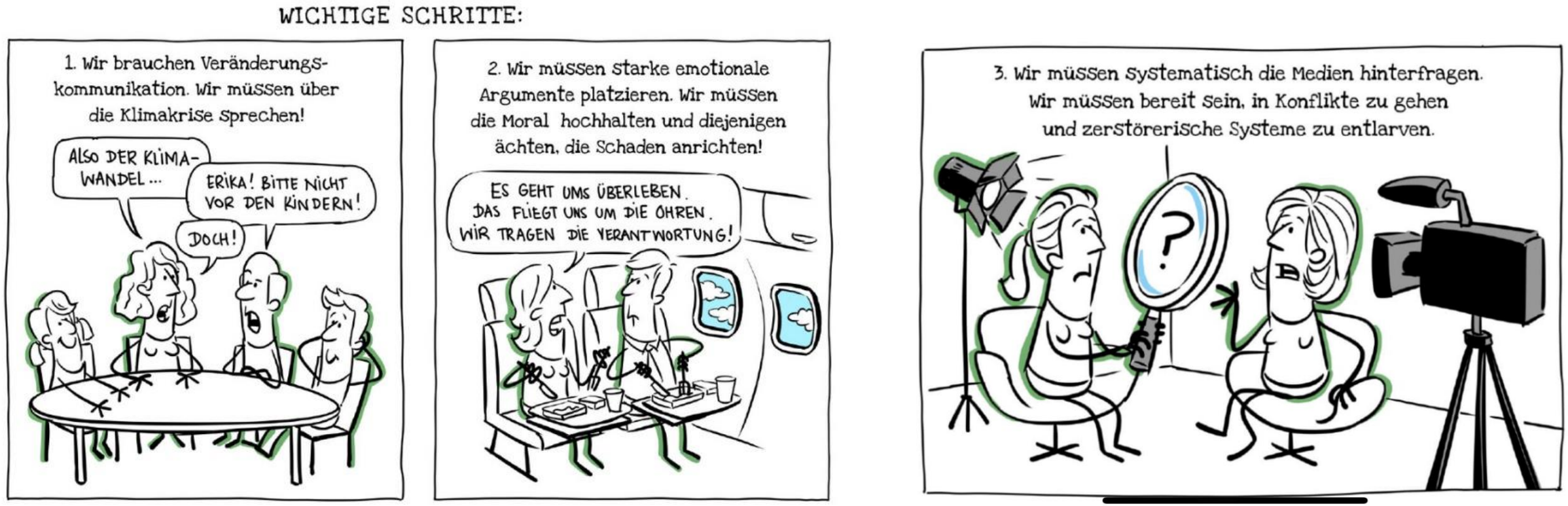
Single-Action-Bias



Lea Dohm, PsychologistsForFuture (19.11.2020), Bild: CRED Guide



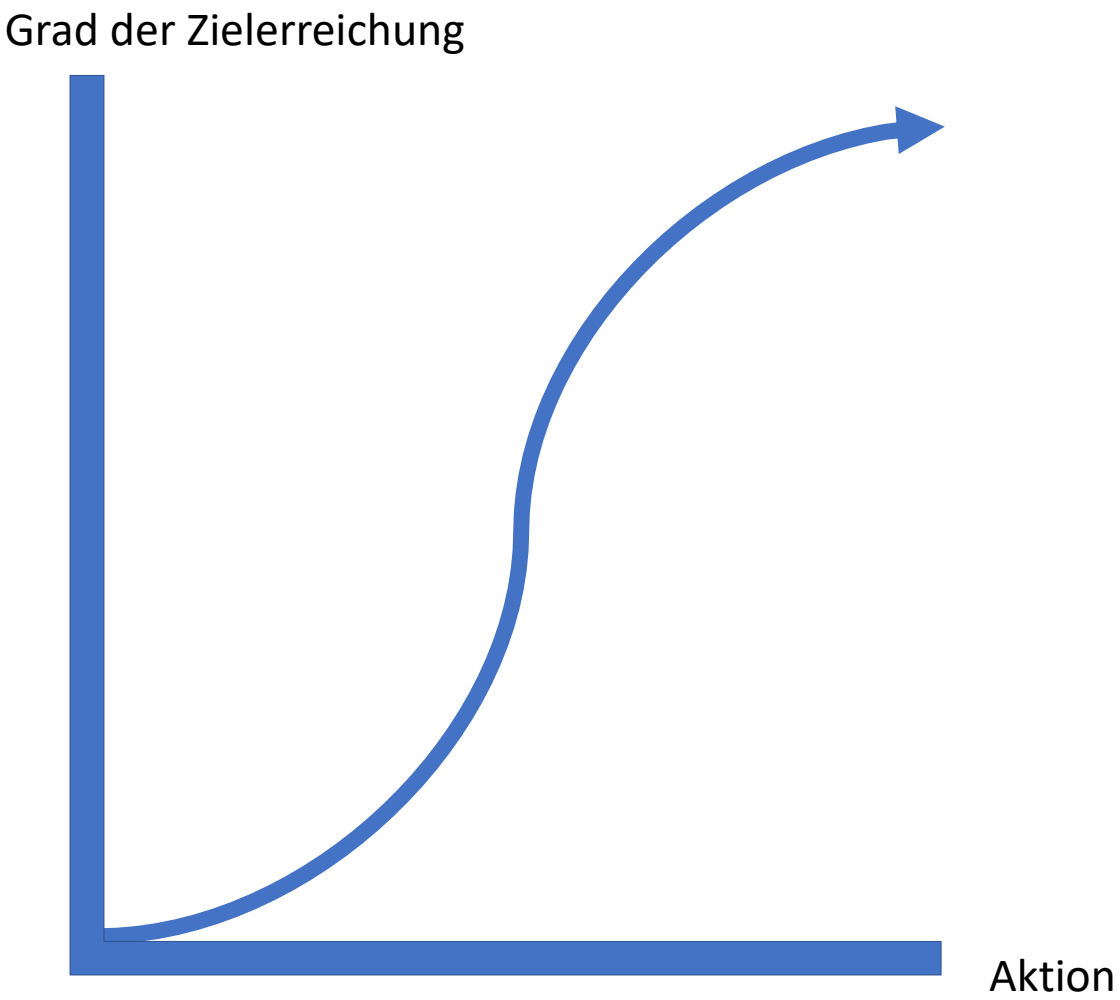
Lea Dohm, Psy4F, 19.11.2020. Bild: Lamb et al. 2020 (Übersetzung Parents for Future)



Illustrationen: Jai Wanigesinghe

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?



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=j2iBJI7ivI8C

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 konfrontieren

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