



Den Kopf in den Sand stecken? Psychologische Reaktionen auf die sozial-ökologischen Krisen

Ja, die Mehrheit der Menschen, auch in Deutschland steckt den Kopf in den Sand – auch im Bund für Soziale Verteidigung wird das der Fall sein. Warum? Weil die meisten Menschen, selbst wenn sie die existenzielle Bedrohung der sozial-ökologischen Krisen verstehen, ihren Alltag vor Veränderungen schützen.

Die Wahrheit ist, dass wir auf einen großen, globalen Kollaps zurasen und als Gesellschaft nicht bereit sind, vom Gas zu gehen. Der Club of Rome hat 1972 bereits den Kollaps für ca. 2040 vorhergesagt, und während das 1972 noch 68 Jahre weit weg war, ist es nun mit weniger als 17 Jahren schon sehr nah dran. Diese Vorhersagen treffen übrigens weiterhin zu, wie 2020 überprüft wurde (Herrington, 2020).

Auch Cernev (2022) kommt in einer Szenario-Analyse zum Ergebnis, dass aufgrund der Überschreitung vieler planetarer Grenzen derzeit der globale Kollaps das wahrscheinlichste Ergebnis ist.

Heraus führt uns nicht das grüne Wachstum. Es gibt weltweit weder die natürlichen Ressourcen, erst Recht nicht innerhalb planetarer Grenzen menschlichen Überlebens (Hickel, 2022).

All diese Informationen führen tendenziell eher dazu, den Kopf noch weiter in den Sand zu stecken. Hinzu kommt, dass die mangelnde Reaktion des sozialen Umfeldes, der Politik und der Medien zu einem enormen Widerspruch führt – wieso machen die nichts? Wieso spüre ich Panik und andere zeigen davon nichts?

Es gibt nun psychologisch eine Reihe von Verhaltensmustern, wie ich mit diesem als innerer Widerspruch wahrgenommenen äußeren Widerspruch umgehen kann. Diese Verhaltensmuster sind nicht per se schlecht, aber hier leider nicht ausreichend bis verhindernd.

Der **Single Action Bias** ist ein gutes Beispiel für eine Pseudo-Lösung angesichts der Vielzahl an Krisen und Überforderungen, die uns begegnen – eine Sache machen, damit ist das Thema für mich erledigt. „Mehr kann mensch nicht von mir verlangen.“ – Gelber Sack und gut ist. Vielleicht sogar noch Bio kaufen, aber dann langt doch das persönliche Opfer auch mal. Politische Veränderung braucht wesentlich mehr als eine Aktion, das wissen wir beim BSV selbst sehr gut.

Foto links:
Extinction Rebellion in
Cardiff 2019.

© Haydn Blackey,
CC BY-SA 2.0

Foto rechts:
Versammlung von Fridays
for Future 2019.

© Friends of the Earth,
CC BY-NC-ND 2.0



Autor:

GEORG ADELMANN
ist Diplom-Psycholog*in
und angehende*r
Verhaltenstherapeut*in.
Er ist ehrenamtlich beim
Bund für Soziale
Verteidigung, der DPtV
und den Psychologists/
Psychotherapists for
Future administrative &
aktivistisch aktiv.

Verzögerungsdiskurse (Discourses of climate delay, Lamb et al. 2020) sind ein weiteres gut studiertes Feld der Verantwortungsablehnung. Dabei gibt es vier grobe Kategorien, „Nicht jetzt...“, „Nicht ich...“, „Es ist sowieso schon zu spät..“, „So nicht...“.

„Technologie-Offenheit“-Debatten sind Teil von „So nicht“. „Aber China...“ ist Teil von „Nicht ich“. „Wir müssen die Menschen mitnehmen“ ist Teil von „Nicht jetzt“ und „Ich will einfach noch gut leben, so lange es noch geht“ ist Teil von „es ist ohnehin schon zu spät“.

Wer sich tiefer damit auseinandersetzen möchte, findet auf klimafakten.de mehr zu dem Thema.

Wie kommen wir vom Lesen ins Handeln?

Gefühle sind einer der Wege dorthin – ich kann Krisen solchen Ausmaßes nicht ehrlich verstehen, wenn ich nicht auch die damit einhergehenden Gefühle zulasse. Gefühle geben Handlungsimpulse und sind immer wieder wichtig, weil ohne sie das Handeln einschläft.

Um so starke Gefühle zulassen zu können, braucht es eine wertschätzende Gruppe, die Halt und Geborgenheit gibt und gleichzeitig in Aktivität bringt. Eine Möglichkeit hierfür sind Klimagespräche, Gesprächscafés zum Thema, aber auch enge Bezugspersonen. Ich sammle gerade seit ein paar Wochen mit anderen Menschen eine Übersicht zu bestehenden offenen Gruppen, in denen ein solcher Austausch möglich ist unter klimatreffs.de.

Handeln bedeutet dann zweierlei, und es braucht beides:

1. Politischer Einfluss: Prävention und Schadensreduktion
2. Persönliche Vorbereitung auf die Krisen

Wir können nicht nur das zweite tun, weil wir uns sonst schnell in einer Welt befinden werden, in der auch das zweite nicht mehr möglich ist. Nicht für uns, erst recht nicht für andere in weniger privilegierten Umständen.

Politisch Einfluss nehmen heißt z.B. an politischen Diskussionen und Aktionen teilnehmen, Leser*innen-Briefe schreiben und mit Abgeordneten sprechen bzw. diesen schreiben. Durch die Teilnahme an Protesten & Demonstrationen bis hin zum gewaltfreien zivilen Ungehorsam können wir wirksam werden.

Auf persönlicher Ebene ist wichtig, sich starke soziale Umfelder aufzubauen, raus aus Einsamkeits- und Zweisamkeits-Kontexten. Rein in solidarische Strukturen und Wohnprojekte – mit Selbstversorgung, die dann im Falle eines tatsächlichen globalen Kollapses Überleben ermöglichen. Wir dürfen unseren Alltag verändern.

Quellen:

- Herrington, Gaya (2020): 'Update to limits to growth: Comparing the World3 model with empirical data', *Journal of Industrial Ecology* 25(7), November 2020
- Cernev, Thomas (2022): 'Global catastrophic risk and planetary boundaries: The relationship to global targets and disaster risk reduction', United Nations Office for Disaster Risk Reduction
- Hickel, Jason (2022): *Weniger ist mehr. Warum der Kapitalismus den Planeten zerstört und wir ohne Wachstum glücklicher sind*, oekom Verlag
- Lamb, William F et al. (2020): *Discourses of climate delay*, Cambridge University Press