

Miljøpsykologi og jakten på det gode liv

Einar Strumse

Hovedoverskriften for den europeiske psykologikongressen (ECP2009) 7.–10. juli var «Psykologi i en verden i rask endring», og søkelyset ble satt på psykologi i anvendelse, profesjonsutøvelse og forskning. Psykologi som praksisfelt og vitenskap stilles overfor en rekke utfordringer. Disse utfordringene tematiserer hvordan psykologers etiske og sosiale ansvar kan forenes med og integreres i psykologers yrkesutøvelse og forskningsvirksomhet.

Kritisk samfunnspsykologi er godt egnet for psykologiske bidrag på lokalsamfunnsnivå

Fred og menneskerettigheter var et av kongressens hovedtemaer. Psykologer og psykologisk kunnskap har mye å bidra med i forståelsen av hvilke faktorer som starter og opprettholder væpnede konflikter og menneskerettighetsbrudd, og hvordan man kan hjelpe overlevende av væpnet konflikt og overgrep. Her har de nordiske psykologforeningene allerede markert klare standpunkter både mot amerikanske psykologers aktive eller passive medvirkning ved bruk av tortur i «krigen mot terror», og mot den israelske bombingene av Gaza. Kritisk samfunnspsykologi er et annet felt som synes særlig godt egnet for psykologiske bidrag på lokalsamfunnsnivå. Under årets kongress fremhevet palestinske samfunnspsykologer kritisk samfunnspsykologisk praksis som helt sentralt i kampen for selvbestemmelse. Sørafrikanske studier viste hvordan samfunnspsykologer kan bidra til utvikling av sosial rettferd. At samfunnspsykologien bør bli gjenstand for større oppmerksomhet også i Norge, understrekes av Psykologforeningens påvisning av et stort behov for nye psykologer i kommunene i årene som kommer.

Den kanskje mest kritiske endringsprosessen i vår tid er de globale og til dels menneskeskapte fysiske miljøendringene. At psykologisk kompetanse er relevant i denne sammenhengen, har vært lite forstått, ikke bare av sentrale beslutningstakere, men – underlig nok – også av psykologer. Det er likevel nettopp det forhold at menneskers atferd er en viktig årsak til miljøproblemer, som gjør psykologisk ekspertkunnskap om betingelser for atferd og atferdsendring helt sentral. En generell konklusjon fra miljøpsykologisk forskning er at miljøvennlig atferd i stor grad er en funksjon av hvor mye fysisk og/eller mental anstrengelse som kreves, og av økonomiske (dis)incentiver. Metoder som styrker endring av atferd, er påminnelser, offentlige forpliktelser og å gjøre folk oppmerksomme på holdninger de allerede har. Et eksempel fra USA viste at oppslutningen om resirkulering økte fra 10 % hos dem som bare fikk en informasjonsfolder, til 21 % hos dem som i tillegg fikk en påminnelse før henting av avfallet. Strømforbruk kan også påvirkes svært effektivt ved at forbrukeren får tilgang til elektronisk overvåkingsutstyr som gir kontinuerlig tilbakemelding per minutt eller time om strømforbruket. Dette virker fordi informasjonen knyttes direkte til atferd og kan enkelt forklares av det velkjente prinsipp fra læringspsykologien at all atferd, som resulterer i belønning (her: redusert strømforbruk), vil bli gjentatt.

De nevnte tendensene eksemplifiserer noen få av de mange utfordringene norsk psykologi står overfor i framtida. Det er et behov for en psykologisk vitenskap som i større grad tar et kontekstuellt perspektiv hvor helse og velvære forstås som intimt forbundet med de fysiske, sosiale og kulturelle omgivelsene. De globale miljø- og utviklingsutfordringene krever psykologer som viser etisk og sosialt ansvar i vid forstand, enten de arbeider som praktikere eller forskere.

