

- Sunn reaksjon i en usunn verden -



PSY
KOL
OGI

KLIMAOPTIMIST Psykolog Erik Nakkerud mener det ligger mye energi og kraft i folks klimafrykt, noe som kan bevege klimasaken raskere i riktig retning.

Stipendiat og psykolog Erik Nakkerud mener klimaangst er en naturlig respons når man tar klimatrusselen virkelig innover seg.

TEKST OG FOTO

Per Olav Solberg

PUBLISERT 3. februar 2020

- I forskningen din har du intervjuet kvinner, menn og par som velger å ikke få barn på grunn av klimatrusselen. Det er i denne forskningen klimaangst har dukket opp som et fenomen?

- Ja, det er riktig. Jeg har intervjuet et 20-talls mennesker, og de begrunner gjerne valget om ikke å få barn på to måter: Det ene handler om å redusere klimafotavtrykket ved å ikke sette barn til verden, det andre er nok mer angstrelatert: De uttrykker uro og en viss frykt for hvordan fremtiden vil bli for den neste generasjonen, og de ønsker ikke å ha ansvar for barn som går en så usikker framtid i møte.

- Har du noe inntrykk av hvor stort dette fenomenet er?

- Det finnes ikke mye empiri på dette, men inntrykket er at klimaangst vokser i omfang, særlig blant unge. På Arendalsuka i fjor fortalte en sykepleier om at helsestasjoner for ungdom merker en økning av folk med denne typen bekymringer. En del av bildet er at de som vet mest om klimaendringer og jobber tettest på feltet, er mer bekymret for fremtiden enn andre. De har skjønnet bedre enn mange andre hva som er i ferd med å skje.

– Du mener da at klimaangsten både er reell og et nyttig signal – ikke en forskyvning av annen angstproblematikk?

– Ja, dette er et uttrykk for noe helt reelt. Tenker man evolusjonspsykologisk, vet man jo at frykt og angst er helt adekvate følelser og en sunn reaksjon på reelle trusler. Noen ganger kan selvsagt angsten være malplassert, men klimaangst tror jeg som regel bare er en sunn reaksjon på at vi er på helt feil kurs.

– Diagnosemanualene vokser i omfang etter hvert som vi definerer nye tilstander som syke. Har klimaangst noe i framtidige diagnosemanualer å gjøre?

– Definitivt ikke, det vil være helt feil vei å gå. Psykiatriske diagnoser, bortsett fra PTSD, sier ingenting om årsaker bak lidelsen, de er en oppstilling av symptomer. Om du oppfyller diagnosekriteriene for angst, er det egentlig litt vilkårlig hva slags angst det er snakk om. Klimaangst har nok mest til felles med eksistensiell angst, som jo ikke er noen diagnose.

– Å velge å ikke få barn er et sterkt og eksistensielt valg. Er dine intervjuobjekter resignerte på klimaets vegne?

– Nei, tvert imot, paradoksalt nok. Dette er svært miljøbevisste mennesker, både med optimisme og framtidstro. De fleste forsøker å gjøre mange ting for å redusere sitt eget klimafotavtrykk, der det å ikke få barn er ett av mange tiltak. Det ligger selvsagt et alvor, et mørke og en uvisshet her, men samtidig en tro på at det er mulig å løse klimakrisen. De er også ærlige på at det å få barn ikke har vært så eksistensielt viktig for dem i livet deres, og det har gjort det lettere for mange av dem å ta dette valget.

– Å ikke få barn er sjelden nevnt i klimadebatten som et tiltak som kan redde verden, selv om det er det tiltaket som vil bidra klart mest globalt sett. Hvorfor snakker vi så lite om det?

– Det første som slår meg, er Kinas ettbarnspolitik, det lusker nok rundt som et spøkelse for mange. Å få barn er et svært personlig valg. Å politisere dette er svært vanskelig i en kultur der individets frihet står så sterkt. I tillegg er det store regionale forskjeller på fødselstallene i ulike deler av verden. Når flere og flere kvinner globalt får utdannelse og flere når middelklassestandard, vet man jo at fødselstallene går ned. Men denne utviklingen går ikke veldig raskt i forhold til global oppvarming. BI-professor Jørgen Randers mener at man bør gi økonomiske incentiver til kvinner som velger å bare få ett barn eller ingen barn. Han er en av få i Norge som har tatt tak i denne debatten.

– Da er vi inne på atferdsendring gjennom økonomiske virkemidler, noe klimapsykologien er opptatt av. Hva mener du om klimapsykologiens rolle som «game changer» i klimakampen?

– Generelt synes jeg klimapsykologien har overdrevet sin rolle som aktør. Det betyr ikke at vi ikke skal snakke om «nudging» eller om å gjøre det enkelt for forbrukere å velge miljøvennlig. Men det er ikke slike tiltak som flytter fjell, selv om de bidrar noe.

Jeg tror det er bedre å ha et mer realistisk perspektiv og være ærlige på at vårt bidrag er begrenset. Vår verktøykasse er mindre enn politikken og jussens. Hvis vi gjør vårt bidrag for betydningsfullt og viktig, står vi i fare for å stå i veien for klimabidrag som har langt større effekt.

– Psykologforeningen har etablert et eget klimautvalg. Hva er din mening om det, ut fra det du her sier om klimapsykologiens rolle?

– Et slikt utvalg kan ha noe for seg. Her vil man nettopp kunne være tydelige på hvor psykologisk kunnskap er relevant, og hvor man heller bør se på strukturelle endringer. Vissheten om den individfokuserede psykologiens begrensninger er også en form for psykologisk kunnskap.

– Hva med deg selv, blir du klimaoptimist eller -pessimist av å forske i dette feltet?

– Jeg er egentlig optimistisk. Jeg synes det skjer mye på politisk systemnivå, ikke minst i EU. Om ikke lenge vil land bli møtt med svært strenge sanksjoner hvis man ikke klarer å nå strenge utslippsmål. Jeg blir også optimistisk av det dype engasjementet til generasjonen under oss, det gir håp. I tillegg ser jeg en bevegelse fra at man i mindre grad diskuterer hva eller hvem som har skylden for global oppvarming, til et tilpasningsfokus: Klimaendringene kommer, hvordan skal vi tilpasse oss denne virkeligheten? Det er mye mer konstruktivt enn å krangle om skyld.

Hvorfor NÅ?

- Erik Nakkerud er stipendiat ved Psykologisk institutt ved Universitetet i Oslo, der han blant annet forsker på miljøatferd og økologisk fotavtrykk.
- Nakkerud er kritisk til rollen psykologien forsøker å ta i klimadebatten, og mener klimapsykologien bør være mer ærlig på hvilken effekt klimapsykologiske tiltak kan ha.

Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 57, nummer 2, 2020, side 88-89

TEKST OG FOTO

Per Olav Solberg, konstituert sjefredaktør