

Slik kan psykologer ta ansvar for klima

Som psykologer vil vi våre medmenneskers beste. Derfor skulle en tro at vi også hadde et engasjement for klimasaken. Men den gang ei.

TEKST

Bjørn Z. Ekelund

PUBLISERT **1. mars 2022**

EMNER

Klima- og miljøpsykologi

Psykologer er opptatt av enkeltmennesket uavhengig om det er i terapi, rådgivning eller utredning. Psykologers oppmerksomhet er rettet mot individet og dets helse og velvære. Vi forsøker å hjelpe det enkelte menneske fra en ulykkelig til en lykkeligere tilstand. I noen grad hjelper vi også menneskene til å forstå og håndtere lidelse, til å innse at livet også har skyggesider. Når klienter tar valg om hvordan de forholder seg til fortiden og fremtiden, gledes vi over klientenes evne til å velge og fordelene det vil gi både for pasienten selv og vedkommendes nærmeste.

Dagens økologiske utfordringer oppfatter jeg som fremmed for de fleste psykologer:

For det første handler klimakrisen om naturen. I naturen er mennesket kun en liten del av en større helhet. Mennesket har en bestemt og viktig plassering i en fødekjede og i et økosystem med mange andre arter. Psykologen har i liten grad vært oppmerksom på den biologiske verden på utsiden av den enkelte klients psyke. Klimakrisen er en biologisk og naturvitenskapelig utfordring, en utfordring som involverer mennesket som art.

«Psykologen har i liten grad vært oppmerksom på den biologiske verden på utsiden av den enkelte klients psyke»

Individuell lykke

For det andre særpreges klimakrisen av behovet for å ta ansvar for kommende generasjoner, og deres mulighet for å kunne leve et godt liv i pakt med naturens behov. Psykologer har med sitt individuelle perspektiv søkt etter personlig lykke og det å ta

eksistensielle valg. Medansvaret for neste generasjons mulighet til å leve et godt liv finner vi først og fremst i ideer om barneoppdragelse. Men også når det gjelder barneoppdragelsen, er det individets og barnets utvikling av trygge relasjoner og egen selvstendighet som gjelder.

For det tredje: Mange klimarelaterte utfordringer kommer som negative følger av aggregerte individuelle beslutninger. Det er konsekvenser som ikke fanges opp i den individuelle psyken, og ikke i den enkeltes valg av forbruk. Den enkeltes frihetsgrad til å leve livet en selv ønsker, er en sentral verdi for mange psykologer i møte med sine klienter. Klimakrisen er imidlertid skapt av og kan løses ved å ta et ansvar for kollektive forbruksmønstre: for summen av vårt forbruk av mat og energi til hus og reiser. Men dette perspektivet forlates ofte når psykologen setter seg ned i terapeutstolen.

Naturen som system

Slik psykologstanden fremstår, virker den primært å være opptatt av individuell lykke framfor naturens ve og vel. Psykologene er en del av det som kalles menneskets tidsalder, da mennesket samlet setter spor i klodens utvikling (antropocen). Majoriteten av psykologer er en del av en europeisk hedonistisk kultur der behov bidrar til økonomisk utvikling og vekst. Mange psykologer arbeider systemorientert, men neglisjerer naturen som system rundt individet. Naturen og fremtidige generasjoner har i liten grad vært sentralt for psykologer.

Men på tross av at psykologene i Norge i dag opererer med et faglig perspektiv der ansvaret for naturen og fremtiden ikke spiller en sentral rolle, har psykologien som fag stort potensial. Et potensial som flere psykologer bør adoptere og benytte. For det første har psykologene vært tydelige på at det ikke er primært materielt forbruk som gjør mennesker lykkelige. Det er viktigere med trygge sosiale relasjoner i oppvekst og familie.

«Slik psykologstanden fremstår,
virker den primært å være
opptatt av individuell lykke
framfor naturens ve og vel.»

Hva kan vi gjøre?

Fremme klimavennlig vekst

Den internasjonalt kjente psykologen Per Espen Stoknes (Stoknes 2020) peker på hvordan vi kan skape vekst og unngå ulikhet uten at veksten nødvendigvis er skadelig for naturen. Han er en av de få psykologene som tør å utfordre de økonomiske drivkreftene. Han ønsker en økonomisk vekst som kombineres med en reduksjon av naturskadelig produksjon og forbruk. Han viser at det er mulig, men vi trenger flere psykologer på banen for å skape større endring. Å sette andre verdier i førersetet enn materielt forbruk er noe som vil falle naturlig for psykologer med sin kunnskap om

menneskets lykke. Å rette oppmerksomheten mot «det gode liv» framfor «økonomiske prioriteringer» er noe som ligger psykologers hjerte nært.

Redusere forbruk

Menneskelig forbruk er en faktor som gjør at klimatrusselen blir større. Mat, energiforbruk i hjemmet og reiser er tre områder som i vesentlig grad bidrar til trusselbildet. Det å slutte å spise rødt kjøtt ville gjort underverker. Men forbruksendring er ikke enkelt å få til. Selv om psykologer er eksperter på styring av menneskelig atferd, er det ikke mange psykologer som har arbeidet med klimavennlig forbruksendring. Knut Ivar Karevold er en psykolog som gjennom kunnskap om nudging i EAT-prosjektet har bidratt til å påvirke matforbruket. Mona Nilsen og Sigrid M. Hohle har på vegne av Miljødirektoratet gjennomført opplæring i nudging i kommunal sektor. De små lunsjtallerkenene på hotellets koldtbord er et eksempel på en nudging som gjør at det blir mindre matsvinn. Utfordringen vår er å leve et liv i de årene vi har fått tildelt, på en måte som ikke er like ødeleggende som det har vært til nå.

Legge til rette for gode samarbeidsprosesser

Sist, men ikke minst kan psykologer noe om samarbeid og beslutningsprosesser. Mange av klimautfordringene må løses med mange ulike fagdisipliner involvert, med personer fra ulike ståsteder og med ulike interesser. Mange organisasjonspsykologer er tilretteleggere for gode prosesser. Involvering og demokratiske prosesser er krevende, og det er få arenaer og institusjoner i dag i verden som synes å kunne ha beslutningsmyndighet og gjennomføringskraft til å handle så raskt som klimautfordringene synes å kreve. Organisasjonspsykologers bidrag kan her være relevant for å utvikle tverrfaglig kunnskap og legge til rette for globale beslutningsprosesser. De samme problemstillingene dukker også opp i nærmiljøet når byer og lokalsamfunn skal skape grønne livskraftige samfunn.

Jeg har pekt på tre områder: å fremme vekst som ikke er klimaskadelig, å endre forbruksmønsteret slik at fotavtrykket blir mindre, og å bidra til bedre samarbeidsprosesser. På alle tre områder trengs psykologisk kunnskap. På disse områdene må vi engasjere oss langt mer enn i dag.

På universitet og høyskoler finnes det psykologer som bidrar med både teori og forskning knyttet til natur- og klimaproblemstillinger. Det lover godt. I klimautvalget ønsker vi at psykologer blir mer bevisste på hvordan vår forståelse av menneskelivet kan være til hjelp for å skape et godt liv innenfor naturens økologiske grenser. Samtidig ønsker vi å bidra til at slike perspektiver kommer på agendaen for arbeidslivets parter. Vi er også tydelig på at fellesskapets prioriteringer er et politisk tema, og at vi må ta ansvar for å tydeliggjøre den ødeleggende utviklingens konsekvenser for menneskers liv og helse. Med andre ord ønsker klimautvalget å spille ball, men vi trenger flere med på laget. Kontaktinfo til klimautvalget finner du på psykologforeningen.no.

Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 59, nummer 3, 2022, side 214-215

TEKST

Bjørn Z. Ekelund, leder av Psykologforeningens klimautvalg, psykologspesialist, styreleder i Human Factors AS

+ **Vis referanser**

Stoknes, P. E. (2020). Grønn vekst - en sunn økonomi for det 21. århundre. Tiden Norsk Forlag.