

Klimakrise, emotionale Krise : Psychische Herausforderungen im Umgang mit der Klimakrise Christine Steinmetz, M.Sc.

Im Zuge der aktuellen Klimakrise entstehen viele als aversiv erlebte Emotionen wie Angst, Trauer, Hilflosigkeit und Wut, die eine zunehmende gesamtgesellschaftliche Relevanz bekommen. So legen Studien einen Zusammenhang zwischen Klimaveränderungen und psychischen Belastungen nahe. „Klimaangst“ und „Klimadepression“ sind mittlerweile geläufige Begriffe, um die Belastungen im Rahmen der aktuellen Klimaveränderungen zu beschreiben. Diese Emotionen können auch, anders als im Rahmen einiger psychischer Störungen, als situationsadäquat und gar notwendig angesehen werden. Aktuell gängige Bewältigungsversuche umfassen jedoch das Verleugnen der Klimakrise sowie auch den Überaktivismus bis zur Erschöpfung, ebenso wie die Resignation. Dafür möchte ich im Vortrag einen inhaltlichen Überblick über die Auswirkungen der Klimakrise auf das psychische Wohlbefinden und den psychischen Umgang mit der aktuellen Bedrohung geben.