

23. November 2022

RADIOBEITRAG als Text

Über den Klimawandel reden: Warum die richtige Kommunikation wichtig ist

Anmoderation:

Das Thema Klimawandel wehren manche Menschen ab. Wie kann man trotzdem mit ihnen ins Gespräch kommen und sie vielleicht sogar motivieren, sich zu engagieren? Kristin Sporbeck hat bei Dr. Sylvia Böhme Tipps zur Klimakommunikation bekommen. Böhme ist Psychologin und Psychotherapeutin bei der AOK.

Länge: 2.17 Minuten

Dr. Sylvia Böhme:

Ja, den Klimawandel verdrängen viele Menschen, sie bagatellisieren ihn oder glauben schlicht den wissenschaftlichen Erkenntnissen nicht. In der Psychologie wird auch vom „perfekten Problem“ gesprochen, weil wir hier fast alles, was wir an Abwehrmechanismen kennen, anwenden können. Das fängt schon mit dem Begriff an: Klimawandel klingt nach einem langen schleichenden Prozess. Menschen reagieren aber eher auf plötzliche Bedrohungen. Und obwohl die Gefahr bei uns bereits angekommen ist, ist die Bedrohung durch den Klimawandel eben nicht plötzlich, sondern stetig. Dazu kommt oft die sogenannte „solution aversion“: die Verleugnung eines Problems, dessen Lösung uns nicht gefällt. Klimaschutz bedeutet auch, gewohnte Lebensweisen zu ändern und auf manches zu verzichten.

Text: erklärt Dr. Sylvia Böhme. Sie ist Psychologin und Psychotherapeutin bei der AOK. Wie können wir andere sensibilisieren, ohne sie unter Druck zu setzen...

Dr. Sylvia Böhme:

Der einfachste Weg sind Gespräche im Freundes- und Familienkreis. Indem wir mit anderen, vertrauten Menschen über den Klimawandel sprechen, lernen sie mehr Fakten kennen, beschäftigen sich intensiver mit dem Thema und sind motivierter, auch selbst zu handeln. Neben den Fakten geht es darum, auch Zuversicht und Selbstwirksamkeit zu stärken. So erreichen wir andere besser. Dafür können wir auch erfolgreiche Beispiele der Vergangenheit nutzen: Stellt beispielsweise noch irgendjemand die Mülltrennung oder das FCKW-Verbot infrage? Und wir können kleine Tipps aus unserer Erfahrung nutzen, zum Beispiel mit einem Stoffbeutel einkaufen, um Plastik zu vermeiden. Haben wir die Erwartung, selbst etwas bewirken zu können, werden wir uns auch eher so verhalten. Das ist ein Grundbedürfnis, auf das wir setzen können.

Text: Zwar liegen die Fakten und Folgen zum Klimawandel schon lange auf dem Tisch, aber gerade für skeptische Menschen geht es nicht nur um Zahlen und Fakten. Grundsätzlich sollte man in Ruhe und mit Zeit darüber reden.

Dr. Sylvia Böhme:

Man sollte versuchen, die Gründe des anderen zu verstehen, denn Belehren bringt nichts. Eigene Geschichten sind erstmal besser, als langwierig aufgezählte Fakten. Versuchen Sie Gemeinsamkeiten zu finden, denn es kann trotzdem gemeinsame Werte oder Ziele geben, zum Beispiel das Wohlergehen der Kinder oder Enkel oder des Waldes nebenan. Und zu guter Letzt hilft es, Falschinformationen gar keinen Raum zu geben. Wenn man auf Fake News eingeht, sollte man sofort eine alternative Erklärung bereithalten.