

# Erwartungen an eine Nachhaltigkeitspsychologie und deren Potentiale zur Förderung einer sozial-ökologischen Transformation

Marcel Hunecke

## 1 Erwartungen an eine Nachhaltigkeitspsychologie und deren Potentiale zur Förderung einer sozial-ökologischen Transformation

Der epistemologische Kern der Umweltpsychologie besteht in der Analyse von Mensch-Umwelt-Interaktionen. Durch die zunehmende Sichtbarkeit der Folgen globaler Umweltveränderungen und hier vor allem des Klimawandels analysiert die Umweltpsychologie in den letzten 25 Jahren verstärkt die Auswirkungen des menschlichen Verhaltens und Erlebens auf die natürliche Umwelt. Hierfür dient das Leitbild einer nachhaltigen Entwicklung als normativer Bezugsrahmen, vor dessen Hintergrund sich im Erdzeitalter des Anthropozäns eine Nachhaltigkeitspsychologie aus der Umweltpsychologie heraus formiert hat (Stokols, 2020)

## 2 Drei Fragenkomplexe innerhalb der Nachhaltigkeitspsychologie

An die Nachhaltigkeitspsychologie richten sich Erwartungen, Antworten auf drei Fragenkomplexe zu finden. Erstens gilt es Menschen zu motivieren, ihr Verhalten bzw. ihren Lebensstil so zu verändern, dass damit die planetaren Grenzen - vor allem hinsichtlich der Klimaerwärmung und des Verlustes an Biodiversität - nicht dauerhaft

### Prof. Dr. Marcel Hunecke

ist Professor für Allgemeine Psychologie, Organisations- und Umweltpsychologie an der FH Dortmund und Privatdozent an der Fakultät für Psychologie der Ruhr-Universität Bochum. Er beschäftigt sich mit sozialen und ökologischen Aspekten der Nachhaltigkeit und leitet an der FH Dortmund die Arbeitsgruppe Umweltpsychologie in der transdisziplinären Nachhaltigkeitsforschung.

überschritten werden. Zweitens sollen für die Wirkungen des Klimawandels, die den Menschen physisch und psychisch bedrohen, wie z.B. extreme Wetterereignisse oder soziale Konflikte durch Klimamigration, nachhaltige Anpassungsstrategien entwickelt werden. Drittens ist es der Nachhaltigkeitspsychologie bewusst, dass individuumszentrierte Ansätze aus der Psychologie allein nicht ausreichen, um eine sozial-ökologische Transformation zu initiieren. Hierzu müssen ebenso politische und infrastrukturelle Rahmenbedingungen dahingehend verändert werden, dass nachhaltiges Verhalten überhaupt bzw. mit einem zumutbaren Aufwand praktikierbar ist. In diesem Zusammenhang kann die Nachhaltigkeitspsychologie beispielsweise Erklärungen liefern, welche psychischen Faktoren ein bürgerschaftliches Engagement zur Veränderung der politischen Rahmenbedingungen für den Klimaschutz fördern bzw. wodurch die Akzeptanz für nachhaltige Technologien und Infrastrukturen bestimmt wird.

Zu allen der drei Fragenkomplexe kann die Nachhaltigkeitspsychologie wissenschaftlich fundierte Erklärungen und darauf basierende Handlungsempfehlungen liefern. Je nach Fragenkomplex unterscheidet sich jedoch die Relevanz des Wissens, das die Nachhaltigkeitspsychologie zu einer sozial-ökologischen Transformation beitragen kann. Die bisher größte Resonanz haben psychologische Erkenntnisse zum ersten Fragenkomplex in der anwendungsorientierten Nachhaltigkeitsforschung erfahren, aus denen sich Maßnahmen zur Förderung eines nachhaltigen Alltagsverhaltens ableiten lassen. Hierzu existieren umfassende Systematisierungen, in denen unterschiedliche Interventionsstrategien nicht nur aufgelistet, sondern auch nach Ansatzpunkten und Wirkmechanismen kategorisiert werden (Mosler & Tobias, 2007). Die theoretische Basis für die umweltsychologisch fundierten Interventionsstrategien liefern dabei allgemeine psychologische Handlungs- und Entscheidungsmodelle, die auf den Bereich des umweltbezogenen Verhaltens übertragen wurden. Damit sind aus anwendungsbezogener Perspektive die wesentlichen psychologischen Einflussfaktoren nachhaltigen Verhaltens identifiziert. Weitere Ausdifferenzierungen handlungstheoretischer Konstrukte sind zwar theoretisch möglich, z.B. in Bezug auf Formen der Selbstwirksamkeit, lassen jedoch keinen zusätzlichen Nutzen für die Umsetzung einer sozial-ökologischen Transformation mehr erwarten (Hunecke, 2017). Im Rahmen einer transdisziplinären Nachhaltigkeitswissenschaft können die Antworten auf den ersten Fragenkomplex vor allem dabei behilflich sein, die wenigstens teilweise impliziten Modelle individuellen Verhaltens anderer wissenschaftlicher Disziplinen, vor allem der Ökonomie und der Ingenieurwissenschaften, und von Praxisakteuren aus Politik, Wirtschaft und Zivilgesellschaft zu überwinden. Hierdurch bleiben Einflussfaktoren menschlichen Handelns, wie Normen, Kontrollüberzeu-

gungen und Einstellungen im Blick, die sich nicht befriedigend in eine Kosten-Nutzen-Logik überführen lassen.

Hinsichtlich des zweiten Fragenkomplexes bietet die Umweltsychologie bewährte Ansätze zur Erklärung der Wirkung von Umweltstressoren auf das menschliche Verhalten und Erleben. Solange Menschen den Klimawandel als eine abstrakte Bedrohung in der Zukunft wahrnehmen, die beispielsweise Klimaangst erzeugt, wirkt dieser als ein ambient stressor. Dieser verursacht nicht in direkter Weise körperliche und psychische Krankheiten, gefährdet jedoch als zusätzlicher Risikofaktor die psychische Gesundheit. Durch eine sukzessive Kombination von emotions- und aktionsfokussierten Copingstrategien kann es im Sinne der transaktionalen Stresstheorie (Lazarus & Folkman, 1984) gelingen, die lähmende Angst in ein Engagement für den Klimaschutz zu überführen. Gerade für Umweltschutzaktivisten, die sich schon jetzt intensiv mit den Auswirkungen des Klimawandels in der nahen Zukunft auseinandersetzen, empfiehlt sich im Sinne von Hobfoll (2002) die Stärkung von psychischen Ressourcen, die eine Klimawandelresilienz auf individueller Ebene fördern. Ebenso können umweltsychologische Stressmodelle erklären, wie Menschen auf die mittlerweile direkt wahrnehmbaren Folgen des Klimawandels, z.B. Extremwetterereignisse oder längerer Hitzeperioden, bewerten und damit umgehen können.

Die wirksamste Strategie zur Verringerung von Stress besteht in der Beseitigung der zugrundeliegenden Stressoren. Dies gelingt in der Regel am nachhaltigsten über die Veränderung von politisch-regulatorischen und infrastrukturellen Rahmenbedingungen. In der Nachhaltigkeitspsychologie wird in den letzten Jahren verstärkt der Anspruch formuliert, psychologische Erkenntnisse zu generieren, durch die sich die gegenwärtig vorherrschenden nicht nachhaltigen politischen und infrastrukturellen Rahmenbedingungen in eine nachhaltige Richtung verän-

dern lassen. Die hiermit verbundene Hoffnung wird die Nachhaltigkeitspsychologie – wie übrigens in ähnlicher Weise die Politikwissenschaften – jedoch nicht erfüllen können. So resultieren die Veränderungen politisch-struktureller Rahmenbedingungen nicht primär aus der Überzeugungskraft der besten, also wissenschaftlich fundierter, Argumente, sondern aus der Durchsetzung von Interessen, die keine letzte rationale Begründung erfordern. So ist die Wissenschaft auf dem Marktplatz politischer Entscheidungsprozesse immer nur einer von vielen Akteuren, die je nach ihren Handlungsmöglichkeiten („Macht“) darum bemüht sind, ihre eigenen Interessen durchzusetzen. So kann die Nachhaltigkeitspsychologie zwar die Einflussfaktoren der politischen Akzeptanz von Maßnahmen zum Klima- und Umweltschutz beschreiben, für konkrete Anwendungskontexte lassen sich daraus jedoch keine verallgemeinerbaren Methoden oder Strategien ableiten, um politische Akzeptanzen zu erzeugen – jedenfalls keine die nicht über das bereits vorhandene Wissen zur Anwendung transparenter Kommunikationsformen und Einhaltung von Fairness- und Gerechtigkeitsregeln hinausgehen.

### 3 Zukünftige Herausforderungen

Zwei wesentliche Beiträge kann die Nachhaltigkeitspsychologie für eine sozial-ökologische Transformation in Zukunft leisten. So verfügt die Psychologie insgesamt über vergleichsweise exklusive Erkenntnisse, wie selbstbestimmte Lebensstilveränderungen von Individuen ablaufen und unterstützt werden können. Die Gesundheitspsychologie und Positive Psychologie bietet Erklärungen für individuelle Entwicklungsprozesse zur Förderung der individuellen Gesundheit und Persönlichkeit. Dies erfordert Reflexions- und Selbsterfahrungsprozesse, die sich nicht allein auf der Grundlage von situations- und verhaltensspezifischen Interventionen initiieren lassen. Eine Psychologie, die einen

substantiellen Beitrag zu einer sozial ökologischen Transformation leisten will, muss Antworten auf übergeordnete Suffizienz-Fragen liefern, so z.B. „Wie können Menschen dazu befähigt werden, weniger zu wollen, ohne sich dabei schlecht zu fühlen, was unweigerlich mit realen oder antizipierten Verlustenerfahrungen verbunden ist“. Die hiermit verbundenen Herausforderungen sind nur mit einer innerpsychischen Transformation zu erreichen, die dem Einzelnen die Hoffnung bzw. das Narrativ bietet, das eigene subjektive Wohlbefinden und die eigene Lebenszufriedenheit wenigstens auf Dauer nicht zu gefährden. Dabei ist zu berücksichtigen, dass gegenwärtig die Mehrheit in der Bevölkerung, Politik und Wirtschaft keine sozial-ökologische Transformation will, weil diese langfristig bewährte Formen der sozialen Praxis eines „Alles-Immer-Mehr-Schneller-Weiter“ in Frage stellt. Um dieser kulturell tief verankerten Angst zu begegnen und alternative Möglichkeiten aufzuzeigen, wie und wo ein glückliches Leben innerhalb planetarer Grenzen möglich ist, kommt dem Aufbau und der Stärkung psychischer Ressourcen eine zentrale Bedeutung zu (Hunecke, 2022).

Diese inneren Transformationen können weder direkt in den Mainstream der Bevölkerung überführt noch über Massenmedien initiiert werden. Dazu müssen psychische Ressourcen in gesellschaftliche Settings aufgebaut und gestärkt werden, in denen nachhaltiges Handeln in die bereits bestehenden sozialen Praktiken integrierbar ist. In diesem Zusammenhang bietet sich der Nachhaltigkeitspsychologie über ihre Mitwirkung an der Forschung in Reallaboren (Parodi et al., 2016) eine zweite Möglichkeit, relevante Beiträge für eine sozial-ökologische Transformation zu leisten. Die Forschung in Reallaboren findet direkt in gesellschaftlichen Settings, wie Stadtquartieren, Unternehmen, Bildungseinrichtungen und NGOs statt, in denen soziale Diffusionsprozesse für nachhaltiges Verhalten und nachhaltige Lebensstile stattfinden können. Diese gehen über die klassischen Einzel- und Gruppe-

settings der Psychologie hinaus und letztlich muss sich in diesen reallaborbasierten Settings die Praxistauglichkeit psychologischer Theorien bewähren. Denn nur dort kann auf transdisziplinäre Weise erforscht werden, welche Pfade einer sozial-ökologischen Transformation überhaupt noch systematisch plan- und gestaltbar sind, bevor nach dem Einsetzen ökologischer und sozialer Kippunkte chaotische Anpassungsstrategien in einem Panikmodus ablaufen werden.

## Kontakt

Marcel Hunecke  
marcel.hunecke@fh-dortmund.de  
Fachhochschule Dortmund – Fachbereich  
Angewandte Sozialwissenschaften  
AG Umweltpsychologie in der transdisziplinären Nachhaltigkeitsforschung  
Emil-Figge-Str. 44 / 44227 Dortmund

## Literatur

- Hobfoll, S. E. (2002). *Social and Psychological Resources and Adaptation*. *Review of General Psychology*, 6(4), 307–324.
- Hunecke, M. (2022). *Psychology of Sustainability: From Sustainability Marketing to Social-Ecological Transformation*. Cham: Springer.
- Hunecke, M. (2017). Umweltpsychologie in der transdisziplinären Nachhaltigkeitsforschung. *Umweltpsychologie*, 21(1), 13–24.
- Lazarus, R. S. & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal and Coping*. New York: Springer.
- Mosler, H.-J. & Tobias, R. (2007). Umweltpsychologische Interventionsformen neu gedacht. *Umweltpsychologie*, 11(1), 35–54.
- Parodi, O., Beecroft, R., Albiez, M., Quint, A., Seebacher, A., Tamm, K. & Waitz, C. (2016). Von „Aktionsforschung“ bis „Zielkonflikte“: Schlüsselbegriffe der Reallaborforschung. *Technikfolgenabschätzung, Theorie und Praxis*, 25(3), 9–18.
- Stokols, D. (2020). Toward an Environmental Psychology of Planetary Recovery and Biospheric Survival. *Umweltpsychologie*, 24(2), 12–33.