

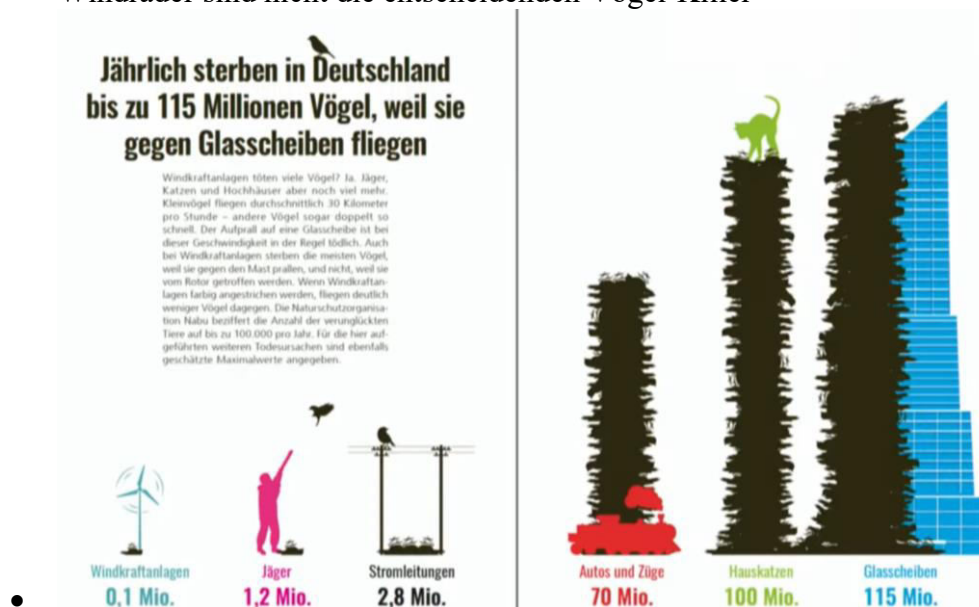
Voices for Climate: Start-Veranstaltung 27.10.2025

Dr. Eckart von Hirschhausen (Arzt & Moderator) & Lea Dohm (Psychologin)

Gesunde Erde - Gesunde Menschen - Gesunde Seele

Hirschhausen:

- Die Klima-Saboteure sind gegen das Verbrenner-Aus und vergessen, dass das mit Todesfällen zusammenhängt
- wann sterben Arten aus? a) wenn sich das Klima ändert b) wenn neue Infekte auftreten c) wenn die Art unfähig ist, sich anzupassen
- auch die Ästhetik der Windräder ---> und die Ästhetik der Kohlegruben?
- alles, was wir verbrennen, fällt uns auf die Füße
- Windräder sind nicht die entscheidenden Vogel-Killer



- Buch: Christian Stöcker: Männer, die die Welt verbrennen - Der entscheidende Kampf um die Zukunft der Menschheit (Spiegel-Bestseller)

Lea Dohm:

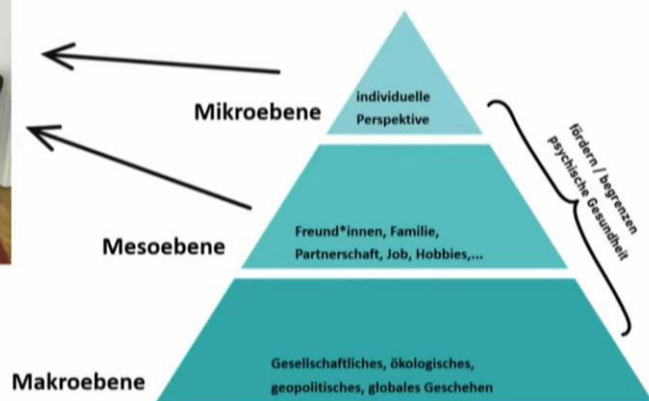
- **Problemdefinition:** wir sind im Backlash: Problembewusstsein vorhanden, aber weitverbreitete Abwehr; wir schirmen uns ab, bleiben zu Hause ("Schöner Wohnen" boomt); alles möge so bleiben, wie es ist, insbesondere der eigene Wohlstand. Die eigene Sicherheit will man bewahren - angesichts der vielfältigen Krisen verständlich ---> führt zu Ablasshandel mit kleinen Gesten (die aber nicht ausreichen und auch nur das Wirkungsvolle = Schlimmere zur Erhaltung des Wohlfühls verhindern sollen), und wenn's denn sein muss: man hat den ausgeprägten Wunsch nach einfachen Lösungen
- 90% wissen etwas, aber viele überschätzen das eigene Wissen ---> wenn man fragt: was bedeutet das für deinen Wohn-Ort, deinen Job, deine Gesundheit, deinen Versicherten-Status [---> *der Irrglaube, Ahrtal-Katastrophen mit Elementar-Versicherungen sozial abfedern zu können*]

- hoher Zeitdruck, irreversible Prozesse (Kipp-Elemente) ---> wir können weder abwarten noch rumprobieren, umgekehrt: eher schnell die Notbremsen ziehen, allenfalls vielleicht später lockern
- gesundheitliche Aspekte erreichen fast alle Leute (nicht nur die Grünen)
- dann kommen **Gefühle** ins Spiel, auch negative gehören zur "psychischen Gesundheit"; schlecht sind die Extreme: zuviel (Panik) und zuwenig (Ignoranz; das ist heute das große Problem)
- Ambiguitätstoleranz: notwendige Klima-Maßnahmen versus Dinge, die man gern macht und die bisher auch "normal" waren ----> man sollte beides aushalten können
- Klimakrise schadet psychischer Gesundheit --> nicht weg-therapierbar (ist für Ref. sehr frustrierend)

Wie bildet sich das im Therapiezimmer ab?



Wir brauchen ein **biopsychosozialökologisches** Gesundheits- und Krankheitsmodell.



JG|U

Dohm (2025): Stark im Wandel. Vandenhoeck & Ruprecht.

- Gespräche über Klima belasten Familien & den Freundesnahbereich, aber eben auch die Klima-Einwirkungen aller Art (Ahrtal und auch solche mit geringerer Intensität) -- -----> das wird in der Therapie von Patienten oft nicht direkt angesprochen
- im Ahrthal gab es 5 Monate danach ein Maximum an psychologischen Problemen, die zur Installierung von Sondereinrichtungen führten, was aber suboptimal ist: besser wäre Prophylaxe ---> sieht darin in Zukunft große Bedeutung für die Psychologie

Diskussion (alle Beiträge von H):

- Die "dunkle" Seite ist besser organisiert / finanziert als die helle.
- Man kann ehrenamtlich die Welt nicht retten, wenn andere sie hauptberuflich zerstören
- Obduktion eines dementen Gehirns brachte 7 g Plastik
- "Bevormundung" sind nicht EU-Regeln, sondern wenn ich Plastik inkorporieren muss, oder wenn die Dinge wg. Klima teurer werden
- USAID-Kürzungen bringen bis 2030 14 Mio Menschen den Tod, z.B. von 5 Mio Kindern - sie sterben an Ursachen, die längst behandelbar sind - für Bruchteile der Rüstungsetats
- Die Rückschritte der EU sind brutal; sie wischen alle Errungenschaften als "Bürokratie" weg

Fragen aus dem Publikum:

- Wie schaffe ich aus psychologischer Sicht den Spagat zwischen Überlastung (mental platt, Care- und Erwerbsarbeit etc.) und Aktivismus?
- Wenn ich gleich hier rausgehe, hat sich nicht mehr geändert als mein Wissen und mein Bewusstsein. Wie aber kann ich jetzt konkret handeln?
- Wie erreicht man die Menschen, die sich nicht für die Klimakrise interessieren, die Folgen als nicht vorhanden zurückweisen, aber durch ihr Handeln ein Teil des Problems sind und nicht der Lösung?
- Wie können bei Wahlen der Schutz unserer Lebensgrundlagen und eine solche Zukunftsvision medial und gesellschaftlich mehr Resonanz erfahren?
- Ist wirtschaftliches Wachstum mit unseren Klimazielen vereinbar oder brauchen wir ein neues Wirtschaftssystem?
- Um ein Teil von Aufklärung zu sein: bringen Sie uns doch bitte bei, wie man in wenigen Sätzen die Klimakrise verständlich erklären kann!
- Würde ein monatliches Event, das vor Ort, im Arbeitsleben, in der Schule und Studium, die reale Utopie der Transformation erlebbar macht, der Akzeptanz helfen? Zum Beispiel immer der erste Freitag?
- Hilft es, prominente Klimaverharmloser, ggf. auch Mainzer Professoren, öffentlich herauszufordern?
- Wie erreichen wir ALLE (Bürger:innen, Politiker, Unternehmer:innen...) Die Menschenschutz (Klimaschutz)- Themen zu akzeptieren?
- Green Growth (grünes Wachstum) und Klimawandel: Ist das möglich?
- Wie können wir Klimaschutz gegenüber Ländern überzeugend begründen, die gerade anfangen, von der zunehmenden Globalisierung (wirtschaftlich) zu profitieren?
- Sollte Klimaschutz ein eigenes Schulfach werden, so wie Informatik?
- Wie bekämpft man am besten klimapolitische Lobbyisten?
- Herr von Hirschhausen, wie schaffen wir es, dass Klimaschutz nicht mehr als Verzicht, sondern als Gewinn für unsere Zukunft verstanden wird?
- Ich bin 21 Jahre alt, was soll ich studieren, um einen Hebel zu setzen?
- Kann man der Klimakrise sinnvoll begegnen, solange die soziale Ungleichheit in Deutschland so enorm ist?
- Wie kriegt man die Menschen überzeugt, die eine komplette Ablehnung gegenüber wichtigen Maßnahmen haben? Auch diese Stimmen bzw. Wähler sind wichtig und kann man nicht ignorieren.
- Was sind aus psychologischer Sicht die wichtigsten Skills, um durch die Klimakrise zu kommen, und wie können wir sie schon in der Schule, fördern?
- Alle sprechen über Nachhaltigkeit und trotzdem ist Temu mit China-Schrottprodukten eine der beliebtesten Apps Deutschlands. Wie passt das zusammen?
- Keine Frage, aber Sie beide sind so witzig und kompetent. Danke, ich merke dass meine Sorgen kleiner geworden sind, weil ich so viel lachen musste! ❤️
- Wie komme ich raus aus dem eigenen Kokon?
- Welche positive Erzählung schlagen Sie vor?
- Ist radikaler politischer Aktivismus zielführend?
- Was würden Sie sagen, wie gegen die allgemeine Resignation bezüglich der Klimakrise angegangen werden kann?
- Klimabewusstes Lieblingsessen von Eckart

- Was wäre das erste Gesetz auf Landes-, Bundes- und Europa-Ebene, das ihr erlassen würdet?
- Sind KIs als neue Technologie nicht auch maßgeblich für die Bewältigung der Klimakrise? Wenn ja, wie sieht eine europäische, autarke Lösung aus?
- Welche Erlebnisse mit der Natur verbessern die psychische Gesundheit und bringen mich im Idealfall dazu, die Gesundheit der Natur zu verbessern?
- Wir leben alle gemeinsam auf der Erde. Dann sollte die Frage sein, wie wir gemeinsam international die planetaren Krisen lösen. Wie sehen Sie das?
- Lassen sich praktizierende Medizin und Nachhaltigkeit kombinieren?
- Lea, glaubst Du, dass KI uns emotional stabiler oder nur effizienter beim Weltuntergang macht?
- Was kann konkret von jedem Einzelnen gegen die zunehmende Gefühlstaubheit getan werden?
- Wie erhält man sein eigenes Durchhaltevermögen in Sachen Klimakommunikation (trotz der Widerstände, langsamer Fortschritt, etc)?
- Ist Angst nicht auch ein sehr guter Motivator zum (Überlebens-)Handeln?
- Wie bekomme ich jemanden ein Tortenstück weiter bewegt?
- Wie erreichen wir beratungsresistente Politiker?
- Glauben Sie, eine Weltregierung könnte die Klimakrise lösen?
- Welchen Impact hat eurer Meinung nach die KI auf den Klimawandel und den Umgang mit ihm?
- Lea, was kann man Kindern mitgeben, die im Therapiekontext Angst vor der Klimakrise und ihren Folgen äußern?
- Welche Tipps gibt es für die mentale Gesundheit, um mit dem Klimawandel umzugehen?
- Wie gehen Sie konkret mit Ihrer persönlichen Ambiguitätstoleranz um?
- Sind Furchtappelle (wie zum Beispiel bei Zigarettenspackungen) in der Klimakommunikation wirksam?
- Kann man nicht KI (klug) mehr nutzen, um positiv zu wirken und zu handeln in diesen übergroßen Klimaherausforderungen?
- Wie schaffen wir es, dass Klimaschutz wieder ein Top Thema in den Medien wird, vor allem, wenn die Bundesregierung zurückrudert und extrem viel Geld in Desinformationsmedien gesteckt wird?
- Welchen Schritt sollten Ideenentwickelnde und Motivierte der Klimabewegung als nächstes gehen?
- Konkrete Tipps zur Kommunikation über die Klimakrise
- Wie zerbricht man nicht psychisch an dem Thema Klimawandel? Ich fühle mich so unfassbar machtlos gegenüber all den Machthabern.
- Problembewusstsein ist vorhanden, doch wo fangen Sie konkret an?
- Lea, wie lief deine Sitzung mit Sigmund Freud (AI) ?
- Konkrete Tipps zur besseren mentalen Gesundheit bei dem Thema