

Mittwoch, 13. Dezember 2023, Hersfelder Zeitung / Lokales

„Klimaschutz kann sinnstiftend sein“

Vortrag der Psychotherapeutin Bettina Saure von der Klima-Initiative

Bad Hersfeld – Artensterben, Dürre, Überschwemmungen – die Auswirkungen des Klimawandels stellen eine Bedrohung für uns alle dar. Trotzdem ergreifen wir weder auf gesellschaftlicher noch auf individueller Ebene ausreichend adäquate Maßnahmen, um den Klimawandel zu bekämpfen. Was hindert uns daran, uns für Klimaschutz einzusetzen? Wie können wir Menschen motivieren, aktiv zu werden? Diese Fragen wurden in einem Vortrag von der Bad Hersfelder Ärztin für Psychotherapie Bettina Saure im Rahmen der Klima-Initiative Bad Hersfeld beleuchtet.

In einer Mitteilung fasst die Klima-Initiative einige Punkte des Vortrags von Bettina Saure zusammen:

Als zentral erwiesen sich dabei Entwicklungen in der westlichen Konsumgesellschaft. Durch Konsumorientierung und Reizüberflutung hätten die meisten Menschen die Verbindung zur Natur verloren. Sie würden sich nicht mehr als Teil der Lebensgemeinschaft Erde verstehen.

Stattdessen plünderten sie die Natur zur Befriedigung ihrer Bedürfnisse aus und würden sie als Erholungsraum und Fitnesskulisse nutzen. Durch den Verlust einer lebendigen Beziehung zur Natur fühlten Menschen sich entwurzelt und verloren, heißt es in der Mitteilung.

Das Streben nach Freiheit und Unabhängigkeit habe zur Auflösung traditioneller sozialer Lebensgemeinschaften geführt. Viele Menschen würden nur noch oberflächliche Bindungen eingehen und sich zunehmend einsam fühlen, unsicher und verloren. Konsumieren stelle eine Ersatzbefriedigung dar, die kurzfristig Entlastung schaffe, aber den Hunger nach Kontakt zu anderen Menschen nicht stillen könne. Es sei daher an der Zeit, wieder einen achtsamen Umgang mit der Natur zu lernen und eine liebevolle Beziehung zu Tieren und Pflanzen zu entwickeln, die dazu motiviert, sie zu pflegen und zu schützen. Es brauche Projekte, die Kinder und Erwachsene lehren, achtsam und verantwortungsvoll mit der Natur umzugehen und Mit-

gefühl für Tiere und Pflanzen zu entwickeln. Nur aus der Liebe zur Natur könne die Motivation entspringen, sich langfristig für sie einzusetzen und den eigenen Lebensstil zu verändern. Um Einsamkeit, Unsicherheit und Ohnmachtsgefühlen entgegenzuwirken, sei es wichtig, Gemeinschaft und Verbundenheit zu stärken. Sich mit anderen Menschen zu verbinden und gemeinsam für eine Veränderung einzutreten, könne dem Leben Sinn geben und Freude machen.

Klimaschutz könne so zum sinnstiftenden Projekt werden, das Menschen verschiedener Generationen und Nationalitäten miteinander verbindet. Dabei gehe es sowohl darum, sich politisch zu engagieren als auch die Bereitschaft zu entwickeln, Einschränkungen des eigenen Konsums und Komforts zu akzeptieren, heißt es dazu abschließend von der Bad Hersfelder Klimainitiative [red/kai](#)

Weitere Informationen unter: klima-initiative-bad-hersfeld.de/psychologie-der-klimakrise/