



KLUG

Deutsche Allianz
Klimawandel und Gesundheit



Mühlenkreis
MINDEN-LÜBBECKE

NIKO
ONLINE, 05.05.2026

DIPL.-PSYCH. LEA DOHM,
TRANSFORMATIONSBERATUNG

GRUNDWISSEN KLIMAPSYCHOLOGIE

FÜNF FAKTEN ZUM MITDENKEN



WARUM HIER PSYCHOLOGIE?

Die Klimakrise ist menschengemacht.

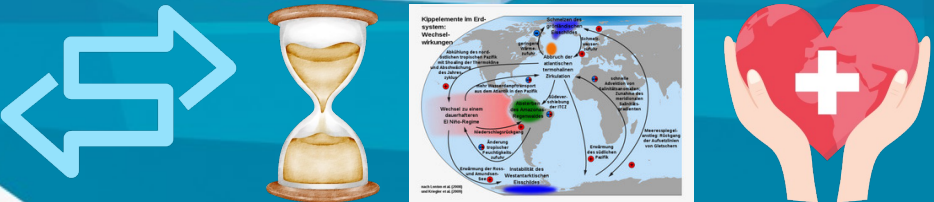
**Die Psychologie ist die Wissenschaft
des menschlichen Erlebens und
Verhaltens.**



**Achtung: Laienwissen wird
hier oft mit großer
Überzeugung
vorgetragen!**

PROBLEMBEWUSSTSEIN UND GEFAHRENWAHRNEHMUNG

LASSEN SICH FÖRDERN!



↓
MENTALE OPERATIONEN
MEDIALE DARSTELLUNG
GELEBTE NORMALITÄT



GEFÜHLE SIND ANGEMESSEN.

MITTLERES MASS - HIER
FUNKTIONIEREN WIR AM BESTEN

←
GEFÜHLSTAUBHEIT

→
DIFFERENZIERUNG ÜBEN

→
HYPERAROUSAL

←
AFFEKTREGULATION



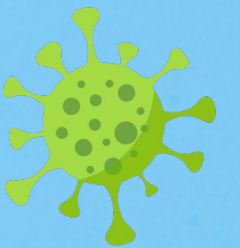
**AMBIGUITÄTSTOLERANZ IST
EINE PSYCH. LEISTUNG**

Widersprüchliche Gedanken und
Gefühle sowie unperfekte
Lösungen sind bei ökologischen
Themen allgegenwärtig.

3

DIE KLIMAKRISE SCHADET DER PSYCHISCHEN GESUNDHEIT UND VERSTÄRKT SOZIALE KONFLIKTE

DIREKT



TENDENZ STEIGEND

INDIREKT






PLANETARY HEALTH

Alle Umweltkrisen

Alle medizinischen Fachrichtungen

**Gesundheitssystem als Täter und Opfer
zugleich (5-6% der nationalen Emissionen!)**

A photograph showing a man in a light green shirt and a blue surgical mask. A healthcare worker in a white coat and mask is using a white forehead thermometer on his forehead. In the background, other people are also wearing blue surgical masks, suggesting a hospital or public health setting.

**DAS VERSAGEN HINSICHTLICH
KLIMASCHUTZ UND ARTENSTERBEN
STELLT DIE AKTUELL GRÖSSTE
GESUNDHEITSGEFAHR DER
MENSCHHEIT DAR.**

WHO (2023). Climate Change. www.who.int

4

**UNANGENEHME
GEFÜHLE**

+

**WIRKSAME UND MACHBARE
HANDLUNGSMÖGLICHKEITEN**

+

**PRAKTISCHE UMSETZUNGSERFAHRUNG (AM
BESTEN IN EINER GRUPPE, IN DER MAN SICH
WOHLFÜHLT)**

**= höhere
Wahrscheinlichkeit
dranzubleiben**

- Ágoston C. et al. (2022): Identifying Types of Eco-Anxiety, Eco-Guilt, Eco-Grief, and Eco-Coping in a Climate-Sensitive Population: A Qualitative Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19 (4), 2461, <https://doi.org/10.3390/ijerph19042461>.
- Eine gut verständliche Beschreibung der Theorie der Erlernten Hilflosigkeit und Theorien der subjektiven Kontrolle nach Seligman sowie der sozialen Lerntheorie nach Bandura s. in: Bodenmann G., Perrez M., Schär M.: *Klassische Lerntheorien - Grundlagen und Anwendungen in Erziehung und Psychotherapie*. 3. Auflage 2016, Hogrefe Verlag, Bern, ISBN 3456855982.
- Egger, J.W. (2015): Selbstwirksamkeit - Ein kognitives Konstrukt für gesundheitliches Verhalten. In: *Integrative Modelle in Psychotherapie, Supervision und Beratung - Integrative Verhaltenstherapie und psychotherapeutische Medizin - Ein biopsychosoziales Modell*, Teil III (3), S. 283-311, Springer Verlag Wiesbaden, ISBN 978-3-658-06802-8, <https://doi.org/10.1007/978-3-658-06803-5>.
- Ojala M. et al. (2021): Anxiety, Worry, and Grief in a Time of Environmental and Climate Crisis: A Narrative Review. *Annual Review of Environment and Resources*, 46, 35-58, <https://doi.org/10.1146/annurev-environ-012220-022716>.

5

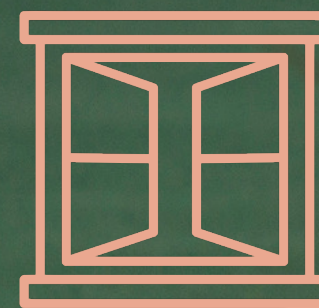
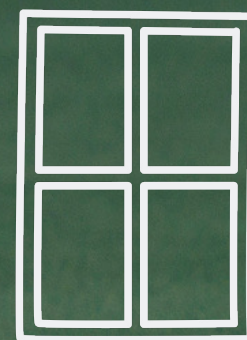
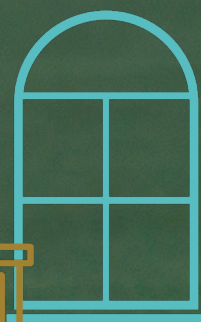
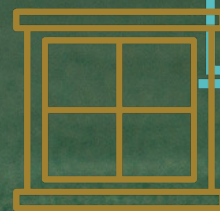
KOMMUNIKATION HILFT.



ZIELGRUPPE

SO KANN ES GEHEN

Möglichkeitenfenster



Push / Treiber

Pull / Nischen

DANKE!

FRAGEN?



INFO@LEADOHM.DE

[@LEADOHM](https://www.instagram.com/LEADOHM)



WEITERE QUELLEN ZUR EINFÜHRUNG

Clayton, S., Manning, C. M., Krygsman, K., & Speiser, M. (2017). *Mental Health and Our Changing Climate: Impacts, Implications, and Guidance*. Washington, D.C.: American Psychological Association, and ecoAmerica.

Berufsverband Deutscher Psychologinnen und Psychologen (BDP, 2024). *Psychologische Perspektiven im Klimawandel. Strategien und Konzepte*. <https://www.bdp-verband.de/klima-und-psychologie/bdp-bericht-klimawandel-strategien-und-konzepte>

Landespsychotherapeutenkammer Rheinland-Pfalz (2023). *Klimanotfall. Auswirkungen ökologischer Krisen auf die psychische Gesundheit. Informationen und politische Forderungen aus psychotherapeutischer Sicht*. https://www.lpk-rlp.de/fileadmin/user_upload/RZ_LPK_Klimabroschuere_webversion.pdf

Meininger, J., Ashour, R. & Dohm, L. (2023). *Empfehlungen zur Berichterstattung über die Klimakrise aus psychologischer Perspektive*. Psychologists / Psychotherapists for Future e.V. <https://medienleitfaden-klima.de>

Kristof, K. (2020). *Wie Transformation gelingt. Erfolgsfaktoren für den gesellschaftlichen Wandel*

Deutscher Ethikrat (2024). *Stellungnahme Klimagerechtigkeit*. <https://www.ethikrat.org/fileadmin/Publikationen/Stellungnahmen/deutsch/klimagerechtigkeit.pdf>

Wissenschaftlicher Beirat Globale Umweltveränderungen (2023). *Gesund leben auf einer gesunden Erde*. <https://www.wbgu.de/de/publikationen/publikation/gesundleben>