

Online-Veranstaltungsreihe zum Thema Klima und Nachhaltigkeit

Zur Veranstaltungsreihe

Die DGVT greift in einer Veranstaltungsreihe seit Herbst 2023 die dringende Notwendigkeit auf, psychische Gesundheit im Zusammenhang zur planetaren Gesundheit zu betrachten. Konkrete Auswirkungen der Klimakrise, unsere Rolle als Psychotherapeut*innen und Ansatzpunkte zur Förderung von Resilienz werden durch verschiedene Perspektiven auf das Thema skizziert – von der Mehrfachbelastung junger Menschen über Flucht und Migration hin zu psychosozialer Notfallversorgung. Anschließende Diskussionen werden Raum zur Reflexion und Entwicklung eigener Ansatzpunkte geben. Nach einer Eröffnung der Reihe und Einführung in die Facetten der Thematik, die am 20. September stattfand, werden in circa 4-wöchigem Abstand Themen genauer beleuchtet.

Die Teilnahme an der Veranstaltung ist kostenfrei und eine Akkreditierung als Fortbildungsveranstaltung wird beantragt. Die Anmeldung erfolgt über die Links zu den einzelnen Terminen.

Organisiert wird die Veranstaltungsreihe von der DGVT4Future, einer Arbeitsgruppe innerhalb der DGVT.

Vortrag I: Kranker Planet, gesunde Psyche? Was der Zustand des Planeten für vulnerable Gruppen und Psychotherapie bedeutet

Wibke Dymel, Mitglied der DGVT4F, begrüßte die rund 180 Teilnehmenden in der Zoom-Veranstaltung am 20. September zum Thema „Kranker Planet, gesunde Psyche? Was der Zustand des Planeten für vulnerable Gruppen und Psychotherapie bedeutet“. Kathrin Macha, DGVT-Landessprecherin in Rheinland-Pfalz, Vorstandsbeauftragte für Klimapsychologie der Landespsychotherapeutenkammer RLP und Mitglied der DGVT4F sowie Referentin der Veranstaltung ging in ihrem Vortrag insbesondere auf die Fragen ein, welchen psychischen Auswirkungen wir begegnen und welche Personen besonders vulnerabel sind. Welche Bedeutung kommt der psychischen Resilienz im Kontext der Klimakrise zu? Und welche besondere Verantwortung haben wir als Psychotherapeut*innen? Mit ihrem Vortrag führte Kathrin Macha in die Veranstaltungsreihe ein und skizzierte überblicksartig die verschiedenen Implikationen der ökologischen Krisen, die in weiteren Fachvorträgen ausgeführt werden. Ein besonderes Augenmerk liegt dabei auf vulnerablen Gruppen, die allzu oft Verlierer*innen gesellschaftlicher Krisen sind.

Die Aufzeichnung der Veranstaltung und die Vortragsfolien stehen allen Interessierten auf der DGVT-Homepage zur Verfügung.

Vortrag II: Psychosoziale Auswirkungen ökologischer Krisen auf Kinder und Jugendliche

Am 18. Oktober 2023 fand der zweite Vortrag aus der DGVT4F-Veranstaltungsreihe mit Prof. Dr. Julia Asbrand zum Thema „Psychosoziale Auswirkungen ökologischer Krisen auf Kinder und Jugendliche“ mit circa 160 Teilnehmenden statt. Darin machte sie anhand von eindrücklichen Studienergebnissen deutlich, wie sehr Kinder und Jugendliche heute von der Klimakrise betroffen sind. „Klimawandel und weitere sozialökologische Krisen sind längst in unserem Alltag angekommen und bedrohen unsere Gesundheit - besonders betroffen sind junge Menschen“, so Asbrand in ihrem Vortrag. Mit Blick auf die Resilienzfaktoren verdeutlichte Asbrand anhand des Schaubildes des Resilienzhauses, auf welchen Ebenen (psychischer) Gesundheitsschutz funktioniert. Neben der individuellen und interpersonellen Ebene, zeigt insbesondere das Wirken auf der gesellschaftlichen Ebene besondere Effekte beim Thema Klimaschutz, denn es steigert Selbstwirksamkeit und bringt zudem Veränderung in der Gesellschaft. Wenn auf den verschiedenen Ebenen Nachhaltigkeit und Klimaschutz gestärkt wird, dann dient das unmittelbar Kindern und Jugendlichen – denn Klimaschutz ist Kinderschutz.

Die Vortragsfolien finden Sie auf unserer DGVT-Homepage im Themenbereich Nachhaltigkeit.

Vortrag III: Kämpfen ohne Ende? Wie können wir Menschen, die sich in der Klimagerechtigkeitsbewegung engagieren, unterstützen?

Am 15. November 2023 fand der dritte Vortrag aus der DGVT4F-Veranstaltungsreihe statt. Vor ca. 100 Teilnehmer*innen sprach Birgit Zech, Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin in eigener Praxis und Mitglied bei den Psychologists/Psychotherapists for Future (Psy4F), zum

Thema „Kämpfen ohne Ende? Wie können wir Menschen, die sich in der Klimagerechtigkeitsbewegung engagieren, unterstützen?“.

Frau Zech stellte dar, warum sich Menschen in der Klimagerechtigkeitsbewegung engagieren und welche Auswirkungen das Engagement gerade auf junge Menschen haben kann. Sie berichtete aus ihrer Erfahrung in der Beratung von Aktivist*innen, im Rahmen ihrer ehrenamtlichen Tätigkeit bei den Psy4F. Anhand von Fallbeispielen verdeutlichte sie, dass es in den Beratungen oft um tiefe Sinnfragen gehe, mit denen sich Aktivist*innen im Zuge ihres Engagements auseinandersetzen würden. Oft gingen sie dabei über ihre persönlichen Grenzen hinweg und es komme häufig zu Parentifizierung, mitunter entstünden in Folge der großen Belastungen auch psychische Erkrankungen oder bereits zuvor bestehende Probleme würden verschärft. Frau Zech unterstrich jedoch in diesem Zusammenhang deutlich, dass erlebte Klimagefühle („Klimaangst“, „Klimadepression“...) in der Regel nicht als pathologisch zu verstehen seien, sondern vielmehr eine angemessene emotionale Reaktion auf die Auseinandersetzung mit sozial-ökologischen Krisen darstellen. Sie verwies dabei auf die Autorin und Aktivistin Katharina van Bronswijk, die in ihrem Buch „Klima im Kopf: Angst, Wut, Hoffnung: Was die ökologische Krise mit uns macht“ klarstellt: „Wenn die Klimakrise Gefühle auslöst, ist mit den Gefühlen alles in Ordnung“.

Im Verlauf der Veranstaltung beschrieb Frau Zech weitere Unterstützungsangebote, die die Psy4F neben dem individuellen Beratungsangebot für Aktivist*innen zur Verfügung stellt. Sie beschrieb neben Gesprächsrunden, die zum Teil in Form von Klima-Cafés angeboten werden, auch vielfältige Workshops und die direkte Unterstützung bei Aktionen der Klimagerechtigkeitsbewegung. Reichen diese Angebote in Einzelfällen nicht aus, dann werde mitunter auch der Weg in eine Psychotherapie angeregt und begleitet. Allgemeines Ziel sei es durch die Unterstützungsangebote Klimaresilienz auf- und auszubauen. Es gehe dabei um die Förderung eines nachhaltigen Aktivismus und die Stärkung der Selbstfürsorge. Bei Übernahme dieser Aufgaben sei es wichtig, so Zech, sich als Therapeut*in auch mit der eigenen Betroffenheit auseinanderzusetzen.

Als Fördermitglied der Psy4F möchten wir an dieser Stelle auf die vielfältigen Mitwirkungsmöglichkeiten bei den Psy4F aufmerksam machen. Werden auch Sie aktiv für mehr Klimaschutz und setzen sich für mehr Nachhaltigkeit ein.

Vortrag IV: Traumafolgestörungen im Kontext von Naturkatastrophen und Flucht durch ökologische Krisen

Am 13. Dezember 2023 fand der vierte Vortrag der DGVT4F-Vortragsreihe mit dem Referenten Prof. (apl.) Dr. med. Christoph Nikendei, MME (FA für Innere Medizin; FA für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, Leitender Oberarzt und Leiter der Sektion Psychotraumatologie der Universitätsklinik für Allgemeine Innere Medizin und Psychosomatik, Universitätsklinik Heidelberg, Ärztlicher Leiter der Geflüchtetenambulanz des ZPM im PHV Heidelberg-Kirchheim) statt.

Vor ca. 90 Teilnehmenden verdeutlichte Herr Nikendei anschaulich, welche Auswirkungen Extremwetterereignisse und Naturkatastrophen bereits heute schon auf die psychische Gesundheit haben und wie sich diese Belastungen im Laufe der nächsten Jahre im Zuge des Fortschreitens der Klimakatastrophe absehbar noch weiter verschärfen werden. Einen besonderen Fokus legte er dabei darauf, zunehmende Hitze, Wasserknappheit, Nahrungsmangel und Kämpfe um Ressourcen als eine zentrale Ursache für Flucht und Migration, insbesondere für Menschen im globalen Süden, zu verstehen. Er unterstrich, dass bis zum Jahre 2050 etwa 250 Millionen zusätzliche „Klimageflüchtete“ ihre Heimat verlassen werden müssen und deren Flucht häufig mit prä-, peri- und postmigratorischen Traumafolgestörungen und Stresssymptome einhergehen werde. Daran anknüpfend zeigte Herr Nikendei mögliche therapeutische Strategien und notwendige strukturelle Erfordernisse auf, um heute und auch zukünftig eine gute Versorgung der Betroffenen zu ermöglichen. Er betonte jedoch klar, dass weiterhin an erster Stelle die Umsetzung von Mitigationsbemühungen sowie die Einleitung und Fortführung von Transformationsprozessen stehen müssen, um die bereits gegebenen und zu erwartenden Folgen der Klimakatastrophe begrenzen zu können und somit die gesellschaftliche Funktionsfähigkeit unserer Zivilisation zu erhalten.

Literaturempfehlungen des Referenten finden Sie auf unserer DGVT-Homepage im Themenbereich Nachhaltigkeit.

Folgende Termine stehen zum Zeitpunkt der Berichtserfassung bevor:

17. Januar 2024 von 18.30 – 20:00 Uhr

Titel: Psychosoziale Erstversorgung nach traumatischen Ereignissen

Durch komplexe Schadens- bzw. Gefahrenlagen werden Betroffene, Zeug*innen, Angehörige und Einsatzkräfte in unterschiedlicher Weise und Intensität exponiert.

Anhand internationaler Studien nach Naturkatastrophen und terroristischen Anschlägen soll auf Gruppen mit unterschiedlichen Bedarfen sowie auf einen zweistufigen diagnostischen Ansatz eingegangen werden. Im Weiteren wird eine bewältigungs- und ressourcenorientierte Gesprächsführung für den Erstkontakt vorgestellt.

Referent: Dr. Christoph Kröger, Universität Hildesheim, Professor für Klinische Psychologie und Psychotherapie, Psychologischer Psychotherapeut, Beauftragter der Psychotherapeutenkammer Niedersachsen für den Bereich der Psychosozialen Notfallversorgung

14. Februar von 18.30 – 20:00 Uhr

Titel: Psychotherapie in Zeiten der Klimakrise – Einordnung und Prognose

Die Psychotherapie steht in Zeiten der ökologischen Krisen, allen voran der eskalierenden Klimakrise, vor nie da gewesenen Herausforderungen:

Einerseits muss sie sich weiter mit einer zunehmenden psychischen Krankheitslast bei unzureichenden Behandlungskapazitäten auseinandersetzen, gleichzeitig gewinnt es mehr und mehr an Bedeutung, auch über das klassische Behandlungssetting hinaus zu denken: Was ist die Rolle der Psychotherapeut*innen in Zeiten der sozial-ökologischen Transformation und multipler gesellschaftlicher Krisen und wie lässt sich diese prognostisch im Gesundheitssystem verorten? Wie können wir als Fachgruppe mit unserem Wissen und unseren Fähigkeiten einen friedlichen, gesunden und konstruktiven sozial-ökologischen Wandel unterstützen, ohne uns selbst dabei zu belasten? Welche Chancen, aber auch Risiken gilt es für die Psychotherapie in den kommenden Monaten und Jahren im praktischen Handeln, aber auch im berufspolitischen Diskurs im Blick zu behalten? Nach einer inhaltlichen Einführung ins Thema besteht bei dieser Veranstaltung die Möglichkeit, im anschließenden Dialog die aufgeworfenen Fragen zu vertiefen und zu konkretisieren.

Referentin: Lea Dohm ist Dipl.-Psych., Psych. Psychotherapeutin, Mit-Initiatorin der Psychologists/Psychotherapists for Future (Psy4F) und tätig bei der Dt. Allianz Klimawandel und Gesundheit (KLUG). Dort beschäftigt sie sich mit der Transformation von Behandlungskonzepten mit Blick auf Planetary Health sowie Wissenschaftskommunikation in verschiedenen Settings. Sie ist Autorin des Buches „Klimagefühle“ (Droemer & Knauer, 2022) und Mit-Herausgeberin der Fachbücher „Climate Action. Psychologie der Klimakrise (psychosozial, 2021) und „Umgang mit gesellschaftlichen Krisen im Schulalltag“ (Hogrefe, 2023).

Hinweis zur Anmeldung

Bitte melden Sie sich über die DGVT-Homepage zu den Veranstaltungen an:
<https://www.dgvt.de/themenbereiche/nachhaltigkeit/>

