

## Vi vet så mycket...

Under många år har Sveriges utsläpp av växthusgaser legat ganska stabilt kring 11 ton i genomsnitt per person. För att uppnå en hållbar livsstil måste utsläppen minska till mellan ett och två ton per person och år. Två tredjedelar av utsläppen orsakas av hushållens konsumtion, resten kommer från offentlig verksamhet. Av hushållens konsumtion står livsmedel, bostäder och transporter för cirka 80 procent, vilket motsvarar ungefär sex ton koldioxid per person. Genom att förändra våra konsumtionsmönster inom de här områdena skulle vi kunna göra stora utsläppsminskningar. Allra störst effekt skulle vi kunna åstadkomma genom att minska köttkonsumtionen och flygresandet. Budskapet är inte nytt – det här har vi alla hört många gånger.

### ... så varför gör vi så lite?

Trots att de vetenskapliga bevisen för de allvarliga konsekvenserna av klimatförändringarna blivit mycket starkare sedan slutet av 1980-talet har människors oro och engagemang minskat. Per Espen Stoknes som forskar vid Handelshögskolan i Oslo kallar det för klimatparadoxen. För att försöka förstå hur det hänger ihop har han identifierat fem psykologiska försvarsmekanismer som hindrar oss från att agera klimatsmart.



**Det första hindret handlar om avstånd.** Den mänskliga hjärnan är anpassad för att hantera problem här och nu. Vi upplever att klimatförändringen gäller framtiden; forskarna talar om 2030 eller 2050. Det upplever vi fortfarande som avlägset, trots att årtalen kommer allt närmare och våra barn med säkerhet kommer att beröras. Rapporteringen har ofta handlat om isbjörnar i Arktis eller cykloner i Stilla havet, platser där få av oss varit. De människor som drabbas är i regel fattiga och bor långt borta. Det är människor som de flesta av oss inte känner; vi känner inte ens någon som känner dem eller som känner någon som känner dem. De senaste åren har dock rapporteringen krupit allt närmare, med stora skogsbränder i Portugal och nyligen en kraftig orkan över Irland. Vi upplever också att de personer som forskar eller förhandlar om klimatet befinner sig långt ifrån vår vardag. Sammanfattningsvis handlar det alltså om avstånd både i tid och rum, socialt och när det gäller ansvar.

**Domedagsperspektivet** som ofta präglar rapporteringen i media fungerar också dåligt för att få oss att ändra beteende. Vår hjärna vänjer sig och stänger så småningom av. I stället för att bli engagerade blir vi passiviserade och avfärdar det vi uppfattar som domedagsprofetior.

**Det tredje hindret kallar psykologer för kognitiv dissonans.** Det innebär att det uppstår en inre konflikt mellan vad vi vet och vad vi gör. För en person som upplever sig själv som miljömedveten kan det bli svårt att få det att gå ihop med att flyga på solsemester varje år. För att bli av med det obehag som den inre konflikten ger upphov till måste hen ändra antingen sin attityd eller sitt beteende. Eftersom vi har svårt att ändra våra vanor justerar vi vår inställning och söker kanske efter en bortförklaring som att "det spelar ingen roll om jag flyger när alla andra gör det" eller att "det borde vara dyrare med kött men vad kan jag göra åt det".

Den kognitiva dissonansen är också en bidragande orsak till att klimatförnekare får så stort utrymme i media och i debatten. Trots att de forskare som ifrågasätter att människan ligger bakom klimatförändringarna endast utgör någon enstaka procent vill vi gärna ta till oss deras budskap eftersom det minskar vårt obehag.

**Den fjärde försvarsmekanismen handlar om förnekande.** När vi inte längre orkar med domedagsbudskapen och dissonansen tar vi hela klimatproblemet och stoppar ner det i källaren, säger Per Espen Stoknes. Då kan vi leva vidare som vanligt som om vi inget visste.

**Det sista hindret ligger i vår identitet och våra värderingar.** Den som till exempel har konservativa värderingar, och anser att skatterna ska sänkas och statens roll minska, blir provocerad av förslag på flygskatt och köttskatt. Det ligger då nära till hands att söka efter alternativa fakta som stärker de egna värderingarna. Identitet vinner alltid över fakta!

### Vi behöver andra berättelser

För att få människor att göra förändringar mot en mer hållbar - eller snarare mindre ohållbar - livsstil krävs något annat än mera fakta och fler katastrofberättelser. Att istället utnyttja det faktum att vi är flockdjur, som oftast tycker och agerar som dem vi umgås med, har visat sig fungera bra. Om jag upplever att andra människor i min närhet gör något bra för miljön ökar det min motivation. Om någon i kvarteret skaffar elbil eller sätter upp solceller på taket ökar sannolikheten att fler följer efter.

Att istället fokusera på de hälsoproblem som följer på klimatförändringarna har visat sig vara mycket mer effektivt än att tala om isbjörnar. Med ett varmare klimat ökar pollenhalterna, det blir fler fästingar och spridningen av många sjukdomar

ökar. Luftkvaliteten blir sämre till följd av fler bränder. Det handlar om att göra oss medvetna om att klimatfrågan är något nära och personligt.

Att underlätta klimatsmarta beslut är också en god idé. Ett aktuellt exempel är de nya sopsorteringsstationerna på skolan. Sedan de kom på plats har en betydligt större andel av soporna hamnat i rätt kärl. På så sätt bidrar skolan till att spara på både råvaror och energi! Ett annat exempel är Apoteket Hjärtat som rapporterar att deras förbrukning av plastpåsar minskat med 40 procent efter att de började ta betalt för kassarna i juni. Det motsvarar två miljoner påsar eller 13 ton plast som aldrig behövde tillverkas!

### Källor

- Hellmark, Mats, Därför hör vi inte klimatlarmen i *Sveriges Natur* 2017:4
- Konsumtionsbaserade växthusgasutsläpp per person och år, Naturvårdsverket, 2016-12-12 <http://www.naturvardsverket.se/Samar-miljon/Statistik-A-O/Klimat-vaxthusgasutslapp-fran-svensk-konsumtion-per-person/>
- Mosskin, Jonas, 11 fallor för klimatet i *Modern Psykologi* 2016:1
- Vi behöver en annan berättelse om klimatet, Klotet P1, 2016-04-14 <http://sverigesradio.se/sida/avsnitt/711445?programid=3345>
- 2,5 miljoner färre plastpåsar efter tre månader, Naturskyddsföreningen, 2017-09-13 <https://www.naturskyddsforeningen.se/nyheter/2-5-miljoner-farre-plastpasar-efter-tre-manader>

### Filmtips

**Why people don't believe in climate science**, en liten film på engelska som tyvärr saknar svensk text (7:33)

<https://www.youtube.com/watch?v=y2euBvdP28c>

**Intervju med Isabella Lövin och Ardalan Shekarabi om Agenda 2030** (1:59)

<http://www.regeringen.se/regeringens-politik/globala-malen-och-agenda-2030/>