

**Krisenresilienz fördern, Krisenursachen abmildern.  
Psychotherapeut\*innen können einen konstruktiven Beitrag zu  
Prävention und Bewältigung der ökologischen Krisen leisten**

**Positionspapier der Psychotherapeutenkammer Berlin**

Klimaschutz ist Gesundheitsschutz. Diese Formel trifft, wie im Standpunkt „Klimakrise und psychische Gesundheit“ der Bundespsychotherapeutenkammer (2023) dargelegt, nicht nur auf die somatischen, sondern genauso auf die psychischen Erkrankungen zu<sup>1</sup>. Die Veränderungen, die durch die vom Menschen verursachte Erderhitzung ausgelöst werden, führen zu zahlreichen Belastungen der psychischen Gesundheit. Es kommt zu Großwetterereignissen wie Starkregen und Überflutungen, die unmittelbar die Lebensgrundlagen bedrohen und Traumafolgestörungen und Depressionen mit sich bringen. Es kommt zu immer mehr Hitzewellen, die insbesondere für vulnerable Gruppen, zu denen psychisch Erkrankte hinzugezählt werden müssen<sup>2</sup>, gefährlich sind.

Die fortschreitenden ökologischen, gesellschaftlichen und lebensweltlichen Veränderungen führen auch zu großen Anpassungserfordernissen der Menschen. Dieser Veränderungsdruck ist auf struktureller und individueller Ebene zu bemerken und führt zu einer Verschärfung gesellschaftlicher Konflikte, die zu Desorientierung, Ängsten und einer Zunahme von Gewalt führen können. Auch führt die Wahrnehmung der Folgen der Erderhitzung zu zusätzlichen Belastungen wie ökologischer Trauer und sogenannter Solastalgie, dem Gefühl des Verlusts des eigenen Lebensraums.

Die Bedrohungen durch die ökologischen Krisen sind existentiell. Sie können daher Überforderung und Hilflosigkeit auslösen und lassen sich im Alltag nur mitdenken, wenn eine Bereitschaft zur Konfrontation mit den Fakten gegeben ist. Andernfalls kommt es zu einer vollständigen oder auch nur teilweisen Vermeidung oder Abwehr der Gegebenheiten, so dass ein angemessenes Reagieren nicht mehr erfolgen kann.

Psychotherapeut\*innen sind fachlich qualifiziert und gefordert, diese Art der Bewältigung sowohl auf individueller als auch auf politischer Ebene zu verstehen und zugänglich zu machen. Dabei können sie kommunikativ aktiv werden und durch Beratung von Politik und Behörden sowie Information der Öffentlichkeit die nötigen gesellschaftlichen Prozesse unterstützen. Psychotherapeut\*innen können zudem mit ihrem Fachwissen die psychische Widerstandsfähigkeit ihrer Patient\*innen stärken und helfen, Erlebnissen der Überforderung, Ohnmacht und Lähmung zu begegnen. Dazu braucht es neben einer angemessenen Versorgungssituation auch neue präventive Formate, wie bspw. Gesprächskreise zur Stärkung der psychischen Resilienz oder Angebote der Burnoutprävention für Aktive in der Krisenbewältigung.

Wie steht es nun um Berlin? Im Berliner Raum ist die durchschnittliche Jahresmitteltemperatur seit Beginn der Aufzeichnungen im Jahr 1881 um ca. 1,3 °C angestiegen<sup>3</sup>. Das Umweltbundesamt berichtet für Berlin von einem städtischen „Wärmeineleffekt“. Das spiegelt sich auch in einer deutlichen Zunahme der Tropennächte wider. Während der ausgedehnten



Trockenperioden reichern sich in der Luft Schadstoffe und Feinstaubpartikel an, die eine Gefahr für die menschliche Gesundheit darstellen<sup>4</sup>.

Und wie steht es in Berlin um den Gesundheitsschutz vor Klimawandelfolgen? Das Land Berlin hat 2016 ein Klimaschutz- und Energiewendegesetz beschlossen<sup>5</sup>, welches vorgibt, dass das Land Berlin bis 2045 klimaneutral werden muss. Im Jahr 2017 wurde die Allianz Klimawandel und Gesundheit (KLUG) in Berlin gegründet<sup>6</sup>, eine NGO, die über die gesundheitlichen Folgen der Klimakrise aufklärt. 2019 folgte die Gründung der Psychologists for Future<sup>7</sup>, die psychologisches und psychotherapeutisches Wissen für die Förderung von Klimaschutzmaßnahmen einbringen. Auf Bundesebene wurde 2022 zwischen dem Bundesministerium für Gesundheit und zahlreichen Stakeholdern des Gesundheitswesens ein „Klimapakt Gesundheit“ geschlossen<sup>8</sup>. Der Berliner Senat rief in Zusammenarbeit mit der Ärztekammer Berlin und KLUG 2022 das Berliner Aktionsbündnis Hitzeschutz ins Leben<sup>9</sup>. An mehreren Berliner Forschungseinrichtungen wird das Thema Klima und Gesundheit fokussiert: Am Charité Center für Global Health<sup>10</sup>, am Institut für Public Health der Charité<sup>11</sup>, am Centre for Planetary Health Policy.

Insgesamt ist zu bemerken, dass bei den Berichten, Gutachten oder auch Bündnissen, die bisher entstanden sind, um den gesundheitsschädlichen Auswirkungen der Klimakrise zu begegnen, die Gesundheit psychisch Erkrankter, oder der Schutz vor psychischer Erkrankung selten bis gar nicht Erwähnung finden. Es besteht daher ein sehr großer Bedarf daran, eine psychotherapeutische Perspektive in entsprechende Initiativen auf Landesebene einzubringen.

Die Psychotherapeutenkammer Berlin wird sich im Rahmen ihrer Aufgabe der gesundheitspolitischen Interessensvertretung für die Prävention psychischer Erkrankungen aufgrund der Erderhitzung, sowie auch für den Gesundheitsschutz bereits psychisch Erkrankter einsetzen. Um ihrer unmittelbaren Verantwortung gerecht zu werden, wird sie in allen Handlungsbereichen ihrer Geschäftsstelle nachhaltige Lösungen anstreben. Zudem sollen die Kammermitglieder mit Informationen zu nachhaltiger Praxisführung versorgt werden. Es sollen Fortbildungen zum Thema Psychotherapie und ökologische Krisen angeboten werden.

Wie das Institut für Public Health der Charité einfürend auf seiner Webseite bemerkt, könnte der Klimawandel neben einer Bedrohung „gleichzeitig die größte Chance für die globale Gesundheit im 21. Jahrhundert sein, denn was für den Klimaschutz nötig ist, ist größtenteils das, was wir ohnehin für die Gesundheit tun sollten: Städte fußgänger- und fahrradfreundlicher gestalten, Kohlekraftwerke abschalten, eine naturnahe Landwirtschaft, weniger Fleisch und mehr Gemüse essen, Beschleunigung rausnehmen, weniger Konsum und dafür mehr Miteinander. Denn viele Krankheiten entstehen durch Luftverschmutzung, wenig Bewegung, ungesunde Ernährung und Stress. Eine Win-win-Situation! (zitiert durch das IPH nach dem Lancet 2015<sup>12,13</sup>)“

Unsere Berufsordnung definiert als Berufsaufgabe nicht nur die Ausübung der Heilkunde. Auch die Beteiligung von Psychotherapeut\*innen an der Erhaltung und Förderung der ökologischen und soziokulturellen Lebensgrundlagen im Hinblick auf die psychische Gesundheit der Menschen (MBO §1 (3) ist hier aufgeführt. In diesem Sinne wird die Psychotherapeutenkammer Berlin ihren Teil für den Erhalt und die Förderung der ökologischen und soziokulturellen Lebensgrundlagen beitragen.



Wir bedanken uns sehr für die kostbare inhaltliche Vorarbeit bei der Landespsychotherapeutenkammer Rheinland-Pfalz<sup>14</sup>, der Psychotherapeutenkammer Nordrhein-Westfalen<sup>15</sup> und der Psychotherapeutenkammer Niedersachsen<sup>16</sup>, manche derer Ideen in dieses Positionspapier eingeflossen sind.

---

## **Quellen**

- <sup>1</sup> [https://api.bptk.de/uploads/B\\_Pt\\_K\\_Standpunkt\\_Klimakrise\\_und\\_psychische\\_Gesundheit\\_5fe04373cc.pdf](https://api.bptk.de/uploads/B_Pt_K_Standpunkt_Klimakrise_und_psychische_Gesundheit_5fe04373cc.pdf)
  - <sup>2</sup> Allein in Berlin und Brandenburg gab es zwischen den Jahren 2018 und 2021 rund 1.600 Hitzetote. <https://hitzeschutz-berlin.de/>
  - <sup>3</sup> <https://www.berlin.de/sen/uvk/klimaschutz/anpassung-an-den-klimawandel/auswirkungen-des-klimawandels/>
  - <sup>4</sup> <https://www.umweltbundesamt.de/themen/klima-energie/klimafolgen-anpassung/folgen-des-klimawandels/klimafolgen-deutschland/regionale-klimafolgen-in-berlin/#bereits-aufgetretene-und-erwartete-klimaänderungen>
  - <sup>5</sup> <https://gesetze.berlin.de/bsbe/document/jlr-EWendGBEV2IVZ>
  - <sup>6</sup> <https://www.klimawandel-gesundheit.de/>
  - <sup>7</sup> <https://www.psy4f.org>
  - <sup>8</sup> [https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/3\\_Downloads/G/Gesundheit/Erklaerung\\_Klimapakt\\_Gesundheit\\_A4\\_barrierefrei.pdf](https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/3_Downloads/G/Gesundheit/Erklaerung_Klimapakt_Gesundheit_A4_barrierefrei.pdf)
  - <sup>9</sup> <https://hitzeschutz-berlin.de/>
  - <sup>10</sup> [https://globalhealth.charite.de/forschung/klima\\_umwelt\\_und\\_gesundheit/](https://globalhealth.charite.de/forschung/klima_umwelt_und_gesundheit/)
  - <sup>11</sup> [https://iph.charite.de/forschung/klimawandel\\_und\\_gesundheit/](https://iph.charite.de/forschung/klimawandel_und_gesundheit/)
  - <sup>12</sup> [https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(15\)60854-6/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(15)60854-6/fulltext)
  - <sup>13</sup> [https://iph.charite.de/forschung/klimawandel\\_und\\_gesundheit/](https://iph.charite.de/forschung/klimawandel_und_gesundheit/)
  - <sup>14</sup> [https://www.lpk-rlp.de/fileadmin/user\\_upload/RZ\\_LPK\\_Klimabroschuere\\_webversion.pdf](https://www.lpk-rlp.de/fileadmin/user_upload/RZ_LPK_Klimabroschuere_webversion.pdf)
  - <sup>15</sup> [https://www.ptk-nrw.de/fileadmin/user\\_upload/downloads/03\\_themenschwerpunkte/Positionspapier\\_Klima\\_und\\_Umweltschutz\\_Psychotherapeutenkammer\\_NRW\\_01.pdf](https://www.ptk-nrw.de/fileadmin/user_upload/downloads/03_themenschwerpunkte/Positionspapier_Klima_und_Umweltschutz_Psychotherapeutenkammer_NRW_01.pdf)
  - <sup>16</sup> <https://www.pknds.de/aktuelles/stellungnahmen/resolution-i-handeln-angesichts-der-klimakrise/>
- 

## **Kontakt**

### **Kammer für Psychologische Psychotherapeuten und Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten im Land Berlin, KÖR**

Kurfürstendamm 184, 10707 Berlin

Tel.: 030 / 88 71 40 - 0

Fax: 030 / 88 71 40 - 40

E-Mail: [info@psychotherapeutenkammer-berlin.de](mailto:info@psychotherapeutenkammer-berlin.de)

Internet: [www.psychotherapeutenkammer-berlin.de](http://www.psychotherapeutenkammer-berlin.de)

Stand 12.03.2024