

## EN ØKOPSYKOLOGI FOR DET 21. ÅRHUNDRET? EN KLIMAFØLELSESSEKPTIKERS BEKJENNELSER<sup>1</sup>

Av Ole Jacob Madsen

*Abstrakt: I den senere tid har den menneskelige dimensjonen ved den globale miljø- og klimakrisen fått stadig mer oppmerksomhet. Ikke minst gjelder det psykologien, som mange nå vender seg til i håp om at den kan hjelpe å få verdens politikere og innbyggere til å respondere raskere og mer adekvat i stil med krisens proposisjoner. Dermed har retninger som miljø-, klima- og økopsykologi blitt møtt med stor interesse og gitt opphav til en rekke nye «grønne» emosjonelle begrep som solastalgia, økosorg og klimaangst, som beskriver menneskets respons, eller mangel på det, for klimaendringene. I denne teoretiske artikkelen retter jeg et kritisk søkelys mot disse begrepene holdbarhet og spør om økopsykologiens storstilte ambisjon om å tette det emosjonelle gapet mellom mennesket og naturen virkelig kan innfris. Min gjennomgang av solastalgia og økosorg tyder på at disse følelsene både empirisk og teoretisk hviler på en idé om fremmedgjøring fra naturen mer tuftet på innlevelse og håp enn vitenskapelig forankring. Dermed risikerer den mobiliserende virkningen av disse nyoppdagede følelsene for naturen å utebli, og villedde oss like mye som å veilede oss.*

**Stikkord:** miljø- og klimakrisen, økopsykologi, mennesket–natur, solastalgia, økosorg

### Innledning

Vi vet stadig mer om at verdens økosystemer som følge av økt menneskelig aktivitet står i overhengende fare for å komme inn i ukontrollerbare og irreversible prosesser som truer alt liv på jorda slik vi kjenner det (IPCC, 2018). Fenomen som global oppvarming, polsmelting, stigende havnivåer, ekstremvær, oversvømmelser, hetebølger, skogbranner og jorderosjoner, forsøpling og tap av verdens dyre- og planteliv og naturområder vil bli alt mer høyfrekvente i framtiden (IPCC, 2019). Håpet om å unngå slike katastrofale scenarier beror på den internasjonale viljen til å begrense den globale oppvarmingen som framprovoserer disse prosessene, det såkalte togradersmålet,

---

<sup>1</sup> Alle sitat der kilden er engelsk er oversatt av forfatteren selv til norsk.

der håpet i skrivende stund er nedjustert til at det kan være mulig at alvorlige, ikke-opprettelige klimaendringer kan unngås, i hvert fall en del steder i verden.

Behovet for å møte denne verdensomspennende miljø- og klimatrusselen med handling har de seneste tiårene medført en gryende erkjennelse av at også den menneskelige faktoren er vesentlig her. Enkelt fortalt trenger klimaforskningen og naturvitenskapene hjelp fra menneskevitenskapene for best å formidle alvoret i situasjonen til politikere, samfunnsplanleggere og befolkningen som helhet. Som et ledd i dette storstilte oversettelsesarbeidet har psykologifaget som en av de viktigste premissleverandørene for vår forståelse av menneskelig tenkning, følelsesliv og atferd endatil blitt beskrevet som *the missing link* i klimaspørsmålet, med vesentlig potensial til å hjelpe oss å leve mer bærekraftig (Schmuck & Vlek, 2003).

Begrepet *the missing link* stammer fra evolusjonslæren og beskriver hvordan funn av enkelte fossiler kan inneholde anatomiske spor både av en eldre og nyere fysiologi. Men i dagligtalen brukes begrepet i overført betydning for en manglende forbindelse eller et nødvendig komponent for å løse et problem. Denne forhåpningen knyttet til psykologien som et avgjørende ledd for å skape et mer bærekraftig samfunn, er naturligvis både forlokkende og smigrende, men også risikabel. For dersom psykologien *ikke* innfrir de storstilte forhåpningene, risikerer dens tilnærming til miljø- og klimakrisen å sløse unødig både i form av uvirksomme tiltak og ikke minst bruk av tid, som vi har stadig mindre av. Derfor er det også på høy tid med en selvgranskende og selvkritisk tilnærming til psykologi som en grønn vitenskap, og som en *missing link* som stadig flere ser ut til å snu seg til i håp om å løse den menneskeskapte globale miljø- og klimakrisen.

### **Hvorfor er psykologien relevant?**

Psykologiske tilnærminger til miljø- og klimaendringene er aktuelle i begge ender av skalaen, både i problembeskrivelsene og i løsningsforslagene. I 2014 publiserte den amerikanske psykologforeningen den anselige rapporten *Beyond Storms & Droughts: The Psychological Impacts of Climate Change* om kostnadene miljø- og klimaendringene vil ha for befolkningens psykiske helse. Her slår forfatterne Clayton, Manning og Hodge (2014) fast at innvirkningen av klimaendringer på menneskets psykiske helse vil inntruffe på flere nivåer. En del konsekvenser som posttraumatisk stresslidelse, stress, angst, depresjon, håpløshet, økning i vold, aggresjon og kriminalitet, og økt konflikt i mellommenneskelige relasjoner vil være direkte avledet av naturkatastrofer forsterket av klimaendringer, som oversvømmelser, orkaner, skogbranner og hetebølger. Men psykiske lidelser vil også gradvis forekomme som følge av endrede temperaturer og stigende havnivåer. Disse klimaendringene vil medføre større belastninger på samfunnets helhetlige

fungering, som svekket infrastruktur, og gi mindre stabile matleveransesystemer, noe som igjen vil svekke befolkningens livskvalitet.

Det er altså å forvente at klimaendringer eller naturtap også vil ha store konsekvenser for menneskets psykiske velvære både i umiddelbar framtid og i det lange løp. Fra helt faktiske eksistensielle trusler mot menneskets liv, hus og hjemsteder, ikke forskjellig fra ulike krigsscenarioer, til mer langsiktige virkninger både i form av mer ugjestmildt og ustabil klima til tap av grønne rekreasjonsområder, til økt trykk på viktige samfunnsinfrastrukturer og velferdsordninger. Det vil derfor være temmelig aparte å benekte at klimaendringene vil påvirke menneskets psykiske helse i en mer negativ retning såfremt man aksepterer realiteten av de menneskeskapt klima- og miljøendringene på global basis. For å bestride det må man enten være klimaskeptiker eller avvise grunnleggende psykologisk viten som at miljøet påvirker oss. Klimaskepsis er fortsatt et utbredt problem, men Clayton, Manning og Hodge (2014, s. 5) understreker hvordan en økt anerkjennelse av de potensielt menneskelige skadevirkningene av miljø- og klimaendringer også kan styrke engasjement for klimasaken:

Å oppleve de direkte effektene av klimaendringer gjør noen ganger mennesker mer troende til å akseptere klimaendringer, selv om psykologiske faktorer og menneskers verdenssyn og ideologier kan komplisere denne tilbøyelighet. Dermed kan det å hjelpe mennesker med å forstå klimaets innvirkning på menneskelig velvære, slik denne rapporten tar sikte på, være en måte å øke folks vilje til å iverksette tiltak mot klimaendringer.

Ergo har psykologien en viktig oppgave i å belyse de menneskelige skadevirkningene av klimaendringene. Men utover å dokumentere og formidle de psykologiske negative innvirkningene av miljø- og klimakrisen finnes det en større ambisjon her. Nemlig å ta i bruk innsikter fra psykologien til å påvirke den menneskelige dimensjonen, eksempelvis ved å skape en bredere oppslutning ikke bare i form av endrede persepsjoner, holdninger og atferd, men også i kraft av natur- og verdenssyn, individuelt så vel som kollektivt for en mer bærekraftig livsstil og samfunnsutvikling. Men spørsmålet er, uten at man som sagt trenger å benekte miljø- og klimakrisen eller dens menneskelige dimensjon, om psykologien kan innfri det storstilte løftet som her loves: nemlig i siste instans en dyptfølt gjenforening av mennesket og naturen der engasjementet for jordens landskaper, skoger, hav, dyr og planter helt enkelt kommer naturlig, og det moderne individ som følge av denne gjenforeningen også får det bedre med seg selv.

## Hvilke grønne psykologier finnes det der ute?

Miljøpsykologi (*environmental psychology*) omhandler hvordan mennesker blir påvirket av de fysiske omgivelsene som omgir dem, og hvordan mennesker påvirker miljøet (se f.eks. Steg & Groot, 2018). Her betyr miljøet helt enkelt alt som omgir mennesket, enten det er snakk om bygninger, farger eller natur, og således finner man også berøringspunkter til både arkitekturpsykologi og arbeids- og organisasjonspsykologi, der man eksempelvis forsker på optimal utforming av arbeidsplasser og kontorløsninger. I nyere tid har man i større grad befattet seg med det naturlige miljøets innvirkning på oss også her.

Klimapsykologi (*psychology of climate change*) omhandler vitenskapen om hvordan mennesker reagerer på klimavitenskap. Her inngår alt fra hvordan mennesker oppfatter og reagerer på klimaendringer, til hvordan vi best forstår og kommuniserer kunnskapen om klima, hvordan endringene påvirker både enkeltmennesket og samfunn, og hvordan disse kan forberede seg på de negative konsekvensene det vil ha (se f.eks. Clayton & Manning, 2018).

Økopsykologi (*eco psychology*) slekter på den mer kjente økofilosofien og dypøkologien og er både mer teoridrevet og eksplisitt modernitetskritisk enn de to foregående retningene (se f.eks. Fisher, 2013; Roszak, 2001). Økopsykologien søker å utvide den emosjonelle forbindelsen mellom individet og det naturlige miljøet, og dermed hjelpe mennesker med å utvikle en mer bærekraftig livsstil og hjelpe individet ut av den pågående fremmedgjøringen fra naturen.

Gitt økopsykologiens ambisjon om å utvide den emosjonelle forbindelsen mellom menneske og natur, aspirerer den aller tydeligst til å være en *missing link*. Mens miljøpsykologien kretser rundt spørsmålet om hvordan individet reagerer på ytre forhold, og klimapsykologien hvordan individet responderer på informasjon om klima, er økopsykologien mer et utpreget selvstendig kunnskapsfelt, og også mer radikal i sin tilnærming. Den lover mer, men med dens økte ambisjonsnivå kommer også en større fallhøyde i og med dens visjon om å tette båndet mellom mennesket og natur. Derfor vil økopsykologien og dens forgreininger være det jeg i hovedsak vil ta for meg her.

## Økopsykologiens formål

Opphavsmannen til begrepet økopsykologi regnes for å være den amerikanske historikeren og kulturkritikeren Theodor Roszak (1933-2011), og mer spesifikt i hans bok *The Voice of the Earth: An Exploration of Ecopsychology* fra 1992. Økopsykologi blir her introdusert av Roszak (2001) som en brobygger mellom psykologi og økologi, og med ambisjon om å se planeten og menneskets behov som et kontinuum. Prosjektet er intet mindre enn

lovnaden om en mer bærekraftig livsstil, der formålet er å redusere all menneskelig aktivitet som belaster jordas økosystemer. I tillegg lover økopsykologien å helbrede det moderne menneskets påståtte følelse av tap, isolasjon og fremmedgjøring. Og dermed også fri Vestens befolkning fra en rekke av dagens utbredte psykiske helseplager som angst, depresjon, stress og press. Dette vil jeg nå undersøke nærmere og spørre om den kan innfri begge disse løftene.

I boken *Radical Ecopsychology: Psychology in the Service of Life* fra 2013 gir psykoterapeuten Andy Fisher en pedagogisk oppdatering av Roszaks løfterike prosjekt ved å presentere leseren for en firedelt programerklæring henimot det han kaller en radikal økopsykologi: (1) Den psykologiske oppgaven innebærer å beskrive den menneskelige psyken på en måte som gjør den til en integrert del av den naturlige verden, det vil si som en del av naturen. Oppgaven består i å etablere en psykologi som utvider området for ens nære andre til også å inkludere andre enn kun menneskelige vesener; en psykologi som betrakter alt psykologisk og åndelig i lys av vår deltagelse i en større naturlig orden. (2) Den filosofiske oppgaven består i å produsere et konseptuelt rammeverk som ikke fortsetter tendensen til en dualistisk dikotomi mellom menneske og natur og mellom indre og ytre realiteter. Selv om tendensen til en splittelse mellom mennesket og den naturlige omverden har vært dominerende i den vestlige idéhistorien, representerer den i realiteten en tilbaketrekning inn i hodet til det moderne mennesket og en tilhørende fremmedgjøring fra den ytre sosiale og økologiske virkeligheten. (3) Den praktiske oppgaven medfører å utvikle psykologisk informerte praksiser eller intervensjoner som har som formål å skape et livsfeirende samfunn. Dette kan være aktiviteter som spiller en støttende eller terapeutisk rolle, eller aktiviteter som har en endringsrolle. Den verden det senmoderne mennesket lever i, er preget av en grunnleggende usikkerhet, der mange mennesker føler seg isolert, nedbrutt, beleiret, umyndiggjort, og der fremtiden kan virke håpløs. (4) Den kritiske oppgaven har som utgangspunkt at økopsykologien til nå i liten grad har engasjert seg gjennom sosialt radikale retninger innenfor psykologien, der man søker å forandre selve systemet, og ikke bare reformere det. Her har brorparten av mainstream psykologi og psykoterapi isteden spilt en konserverende rolle. Fisher (2013, s. 21) siterer her Joel Kovel, som har sagt: «Psykoterapi har i en del henseender vært mer vellykket enn religion i å avlede energien vekk fra behovet for radikale sosiale endringer.» Derfor, fremholder Fisher, bør økopsykologer se til den kritiske psykologien (se f.eks. Parker, 2015), der man tematiserer de moralske og politiske implikasjonene av psykologien og vil motvirke tendensen til å redusere sosiale og økonomiske forhold til et spørsmål om ren individuell psykologi og dermed opprettholde undertrykkende strukturer.

## **Økopsykologiens premiss**

«Økopsykologi oppsto fra fremmedgjøring»

Andy Fisher (2013, s. 41)

Økopsykologien synes å hvile på to grunnleggende premiss. Det ene er at jordens økosystemer ødelegges i et stadig hurtigere tempo av det moderne menneskes levesett og avtrykkene vi etterlater. Det andre er at det moderne mennesket selv lider under en fremmedgjøring fra de naturlige omgivelsene. Det første premisset burde være temmelig udiskutabelt: Her finnes det som nevnt et vell av klimaforskning som dokumenterer dette (jf. IPCC, 2018, 2019). Selvsagt vil det alltid hefte en usikkerhet også her, men ikke større enn den som alltid vil omgi ethvert forskningsområde. Og derfor bør diskusjonen også i størst mulig grad dreie seg om hvordan vi best kan komme til et mer bærekraftig levesett.

Økopsykologiens andre premiss er etter mitt syn langt mer åpent for debatt og fortjener en mer kritisk gjennomgang. Det omhandler hvordan det moderne mennesket er blitt adskilt fra de naturlige omgivelsene, og lider som en følge av det under en form for fremmedgjøring. Og der en konsekvens hevdtes å være manglende mottagelighet i befolkningen for naturtapet og miljø- og klimaendringene. Går vi tilbake til Roszaks bok, ser vi at han her knytter økopsykologien an til sentrale eksistenstenkere som Kierkegaard, Nietzsche, Marcel, Tillich, Sartre og Camus, som han kaller spesialister i det vestlige moderne menneskets angst. Men de feiler alle i å gå til kilden for ensomheten som kjennetegner det moderne liv, nemlig vår økologiske ignoranse, mener Roszak. Og i utledningen av økopsykologiens prinsipper poengterer han hvordan andre terapier forsøker å helbrede fremmedgjøringen mellom personer, i familien og i samfunnet, mens økopsykologien søker å helbrede den mer fundamentale fremmedgjøringen mellom mennesket og de naturlige omgivelser (Roszak, 2001, s. 320).

Forestillingen om at det moderne mennesket er grunnleggende fremmedgjort, og at årsaken til fremmedgjøringen først og fremst har å gjøre med at det mer og mer har fjernet seg fra naturen, virker med andre ord å være et av økopsykologiens grunnpremiss. Denne forestillingen er riktig nok langt fra ny, og finnes også hos andre tenkere forut for økopsykologien. Fisher viser i innledningen av sin bok blant annet til den sveitsiske psykoanalytikeren Carl Gustav Jungs (1964, s. 58) observasjoner fra *Man and his Symbols* om det moderne menneskets triste skjebne i kosmos:

Vitenskapelig kunnskap har vokst, men vår verden har blitt avhumanisert. Mennesket føler seg isolert i kosmos, fordi det ikke lenger er involvert i naturen og har mistet sin emosjonelle «ubevisste forbindelse» med naturlige fenomen. Disse har gradvis tapt deres symbolske implikasjoner [...] Ingen stemmer taler lenger til oss fra steinene, plantene,

og dyrene, og ikke snakker vi til dem i troen på at de kan høre. Menneskets kontakt med naturen er tapt, og dermed også den dyptgående emosjonelle energien som dette symbolske båndet ga oss.

Dette motivet videreføres så både i økopsykologiens løfte om et mer bærekraftig levesett og i en gjenforening med naturen som vil virke helbredende for mange moderne mennesker som føler seg fortappt i den moderne verden. I *Radical Ecopsychology* tar Fisher eksempelvis for seg det han kaller normalitetens problem, og der han postulerer å overvinne fremmedgjøring som en helt grunnleggende oppgave for økopsykologien. Selve økopsykologiens utgangspunkt er således følelsen av et enormt tap: «Virker det ikke passende å foreslå at det enorme kontinentet som skal kartlegges av økopsykologien, i virkeligheten er et landskap født av fremmedgjøring», skriver han (Fisher, 2013, s. 37). Hvordan underbygger så økopsykologien sin fremmedgjøringstese?

### Økopsykologiens tilnæringsmåte

Hos både opphavsmannen Roszak og arvtageren Fisher finner vi en felles uttalt skepsis til vitenskapens prosjekt, ettersom den tradisjonelt har handlet om menneskehetens bestrebelser på å underlegge seg naturen. Og ikke bare det: Den moderne vitenskapen forblir også i dag en sentral del av problemet som økopsykologien vil bøte på. Roszak (2001, s. 97) slår eksempelvis fast: «Ortodoks vitenskap har gjennom de siste tre århundrene lært oss at den naturlige verden, langt fra å være en tilstedeværelse som snakker til oss, er fullstendig fremmed fra oss.» Den moderne vitenskapen har altså selv bidratt til avstand mellom verden her inne, psyken, og verden der ute, jordkloden. Derfor er også mange økopsykologer opptatt av en type erfaringsbasert tilnærming til problemkomplekset som er ment å gå utover den tradisjonelle vitenskapelige tilnærming. Fisher (2013, s. 37) advarer eksempelvis mot å forsøke å «finne i vitenskapen et substitutt for vår tapte forbindelse», mens økopsykologer isteden bør knytte an til de store og umiddelbare spørsmålene om fremmedgjøring, tap og gjenopprettning foran seg. Fisher (2013, s. 37) viser til den tyske hermeneutikeren Hans-Georg Gadamer om at fremmedgjøring skjer når vi har trukket oss tilbake og ikke lenger er åpne for de umiddelbare kravene til det som griper oss: «Jeg foreslår her å lytte eller fortolke naturens stemme på en måte som normal vitenskap ikke kan». Roszaks bok *The Voice of the Earth* påkaller som tittelen antyder, nettopp jordens stemme.

Men både Roszaks og Fishers kritikk av det vitenskapelige blikket er også problematiske da de legger opp til en innlevelse med naturen hinsides rasjonaliteten og vitenskapens vante metoder. Dermed kan eksempelvis økopsykologiens tese om det moderne menneskets fremmedgjøring bli en form for selvbekreftende myte uansett om man finner hold for den eller ikke. Dersom

vi lett lokaliserer fremmedgjøringen, er alt greit. Og om den ikke så lett lokaliseres i befolkningen, kan man alltid forklare det med en fortrenning av tapet, eller at vi mangler språk for å artikulere det. Den berømte vitenskapsfilosofen Karl Popper (2007) hadde med andre ord neppe vært spesielt begeistret for økopsykologien, og garantert plassert den i samme pseudovitenskapelige bås som Adlers individualpsykologi, Freuds psykoanalyse eller Marx' historiefilosofi. Roszak og Fisher ville nok ha innvendt tilbake at økopsykologien ikke kun kan forstås på vanlige vitenskapelige premisser, i hvert fall ikke hypotetisk-deduktivt, den må isteden langt på vei betraktes som noe erfaringsbasert.

Men økopsykologifeltet er naturligvis mer enn bare Roszak og Fisher, og er i skrivende stund i starten av 2021 preget av et stort, metodologisk mangfold med fremveksten av internasjonale forskningsmiljøer og vitenskapelige kanaler. I det siste nummeret av det ledende tidsskriftet *Ecopsychology* finner man alt fra en australsk registerdatastudie av om hvorvidt økt luftforurensning kan gi økt sjanse for depresjon blant 7,804 kvinnelige informanter (Hendryx, Luo, Chojenta & Byles, 2020), til en teoretisk undersøkelse av hvordan et skeivt (*queer*) økologisk rammeverk kan etablere et mer erotisk forhold til ens naturlige omgivelser som en motvekt mot isolasjon og ensomhet (Filocamo, 2020).

Jorge Conesa-Sevilla (2019) foretok i forfjor i boken *Ecopsychology Revisited* en statusoppdatering av feltet. Her tar han også for seg det han kaller for ti misoppfatninger av hva økopsykologi er, hvorav ett av dem omhandler spørsmålet om økopsykologien kan regnes for å være vitenskapelig. Conesa-Sevillas (2019, s. 19) skriver her:

I den grad «økopsykologi» er studiet og kritikken av liv og sosiale systemer, og spesielt av umwelt-mitwelt-eigenwelt systemer, så vil enhver empirisk metode (vitenskapelig) som belyser problemets etiologiske dynamikk «Betydelig fremmedgjøring eller degradering fra evolusjonært prøvde parametere kan potensielt føre til dysfunksjonelle resultater» være vitenskapelig. Riktignok, som andre vitenskaper (f.eks. astronomi, psykologi, fysikk), åpner de spekulative, frie formene og projiserende egenskapene til ordet «økopsykologi» døren for uprøvde, ukritiske og personlig tilfredsstillende forestillinger som til syvende og sist er ikke- eller pseudo- vitenskapelige preferanser (f.eks. astrologi, new age-psykologi, pseudofysikk). Kompleksiteten i umwelt-mitwelt-eigenwelt systematikken krever mer, ikke mindre, vitenskap.

Conesa-Sevilla vedgår her at termen økopsykologi nok kan innby til ulike former for spekulative pseudovitenskapelige praksiser. Men samtidig fremholder han at enhver empirisk undersøkelse av økopsykologiens grunnpostulat må kunne regnes som vitenskapelig. Imidlertid viser også Conessa-Sevillas forsvar for økopsykologiens vitenskapelig kjerne at nøkkelbegrepet



om fremmedgjøring fra naturen tas for gitt, og ikke selv er oppe til videre debatt.

En ting er imidlertid økopsykologiens reservasjonsrett til ikke alltid å forholde seg til vante vitenskapelige kriterier. En annen ting er dens utbredelse. For hvis det ikke stemmer at majoriteten av vestlige mennesker lider under en latent form for fremmedgjøring fra naturen, så er det tvilsomt om økopsykologien vil være videre hjelpsom i dens ambisjon om å skape mer engasjement for miljø og klima. Og når stadig flere ser ut til å vende seg til psykologien som *the missing link*, er ikke økopsykologiens problem kun et internt anliggende lenger, men av betydning for hele miljø- og klimasaken. For selv om økopsykologien i det store og hele fortsatt er et esoterisk kunnskapsfelt med begrenset nedslag, ser stadig flere av dens kjernebegrep ut til å få økt innflytelse i den offentlige klimadiskursen.

Deler av økopsykologien, i det minste dens tankegods og begrepsapparat, er nemlig blitt alt mer framtrødende i klimadebatten rundt om i verden bare det siste året. Dette gjelder både innenfor forskning og i media. Høsten 2019 kunne man lese i det politiske tidsskriftet *New Statesman*: «Føler du deg veldig nedtrykt av klimakrisen? Du lider av solastalgia» (Harrison, 2019, par 1-2). Her presenteres man så for den amerikanske aktivisten Kate Schapira, som tilbyr terapi mot klimaangst. Ashlee Cunsolo med flere (2020, s. e262) skrev sommeren 2020 i det anerkjente tidsskriftet *The Lancet* kommentaren «Ecological grief and anxiety: the start of a healthy response to climate change?», der klimaforskerne avslutter med:

De neste 10 årene er et avgjørende tiår for verden. Økologisk sorg og angst over nåværende tap eller forventet fremtidig endring er et tegn på forhold til, eller tilknytning til, den naturlige verden. [...] Når man erkjenner at følelser ofte er det som får folk til å handle, er det mulig at følelser av økologisk angst og sorg, selv om de er ubehagelige, faktisk er smeltdigelen som menneskeheten må gå gjennom for å utnytte energien og overbevisningen som er nødvendig for de livreddende endringene som kreves nå.

Og i den britiske avisen *The Guardian*, som har markert seg som det kanskje fremste nyhetsmediet til å sette miljø- og klimaproblemene på dagsorden, kunne man 8. oktober 2020 lese følgende oppslag: «'Kapret av angst': hvordan klimafrykt hindrer klimahandling. En voksende skole av psykologer mener traumer fra klimakrisen er en viktig barriere for endring» (Ambrose, 2020, par 1-2). I reportasjen utbroderer så klimapsykologen Caroline Hickman hvordan et påstått klimatraume har eksistert like under overflaten i Vestens kollektive psyke de siste 40 årene og gjort de fleste mennesker ute av stand til å handle overfor krisen vi alle egentlig visste ville komme.

Disse tre oppslagene er bare noen aktuelle eksempler på hvordan klimaspørsmål i økende takt gis en utpreget psykologisk innramming. For

øvrigt helt i tråd med økopsykologiens grunntanke om å utvide nedslagsfeltet til psykologiens begreper som sorg, angst og traume til også å omfatte menneskets forhold til miljø og klima. Men hvor godt er denne ekspansjonen egentlig fundert?

### Økopsykologiens kjernebegrep: Solastalgia

En sentral oppgave for økopsykologiens prosjekt er å skape en emosjonell forbindelse mellom mennesket og naturen, derav interessen for ulike grønne emosjoner. Et av de sentrale begrepene som økopsykologifeltet har avstedkommet, er begrepet solastalgia, som skriver seg fra den australske miljøfilosofen og aktivisten Glenn Albrecht. «Solastalgia – A new concept in health and identity» blir i 2005 introdusert av Albrecht etter at han hadde engasjert seg i implikasjonene av gruvedrift og industri for livskvaliteten til mennesker i Upper Hunter-regionen i New South Wales sørøst i Australia. Albrecht forteller åpent om hvordan han sammen med sin kone Jill søkte etter et begrep for det stresset menneskene som var rammet av dette i Upper Hunter-regionen, følte på kroppen. Albrecht (2005, s. 42) oppgir hvordan han lot seg inspirere av forfatteren Elyne Mitchells bok *Soil and Civilization* fra 1946, der hun betrakter konsekvensene av australsk jordbruk både for naturen og for menneskene:

Men ingen epoke eller nasjon vil avføde genier dersom det er et jevnt fall fra den integrerte enheten mellom mennesket og jorden. Bruddet i denne enheten er raskt åpenbart i mangelen på «helhet» i den individuelle personen. Adskilt fra sine røtter mister mennesket sin psykiske stabilitet.

Albrecht (2005) forteller at han videre vurderte begrepet «nostalgi» siden det opprinnelig var en lidelse som handlet om melankolien ut fra en følelse av hjemløshet hos mennesker som var fjernt fra sitt hjem. Men forskjellen var likevel at her hadde man å gjøre med folk som *ikke* var fjernt fra hjemmet sitt. Innbyggerne manglet likevel støtten og trøsten i sitt forhold til sitt hjem. I tillegg hadde de en dyptgripende følelse av isolasjon og maktesløshet i og med at de var frarøvet muligheten for å innvirke på forholdene. Dermed ble «solastalgia» unnfanget. «Sol» er utledet fra begrepene *solace* og *desolation*, som betyr trøst og tomhet. Og solastalgia kan med Albrechts (2005, s. 45) egne ord defineres slik: «Bokstavelig talt er solastalgia smerten eller sykdommen forårsaket av tapet eller mangelen på trøst og følelsen av isolasjon knyttet til den nåværende tilstanden til ens hjem og hjemsted.» Ifølge Albrecht (2005) er alle som opplever solastalgia, negativt påvirket av den tomheten de erfarer. Et sannsynlig videre forløp kan inkludere generalisert stresslidelse, men også eskalere til enda mer alvorlige helseproblemer som rusmisbruk, fysiske sykdommer og mentale sykdommer – her nevner han

depresjon og selvmord. Albrecht påpeker at det er en forbindelse mellom Mitchells beskrivelse av at forholdet mellom mennesket og jorden er forrykket, og den psykiske ustabiliteten som ligger i den franske sosiologen Emile Durkheims begrep anomi, eller normløshet. En slik samfunnstilstand, uten orden eller samhold, med tap av sosiale normer, kan føre til intens personlig nød og videre til psykiatriske problemer og selvmord.

Spennet Albrecht trekker opp mellom den ytre og indre verden, jorden og menneskets helse, der solastalgia passer perfekt inn som the *missing link*, virker umiddelbart både plausibelt og betimelig. Men dersom man går Albrechts argumentasjon nærmere etter i sømmene, gir ikke utviklingen i verden en like entydig støtte. Albrechts (2005, s. 49) solastalgia-begrep demonstrerer eksempelvis hvordan mange økotenkere nærmest på automatikk tar for gitt den storstilte fremmedgjøringen fra naturen og dens psykologiske konsekvenser i form av flere psykiske lidelser og suicidalitet. Albrecht (2005, s. 49) er også omtrentlig i sin omgang med fakta og forekomsten av psykiske lidelser og selvmord når han skriver: «Globale selvmordsrater har økt med 50 prosent de siste 50 årene, og forekomsten av mentale sykdommer eller psykologiske og psykiatriske lidelser har også økt.» Albrecht viser så til forklaringer på selvmord eller depresjon som omhandler faktorer som ikke har med miljøet å gjøre, og peker på hvordan den psykiske helsen til bønder i Australia er knyttet til helsen til miljøet rundt dem. Han viser også til hvordan landskapsdegradering, jorderosjon, elve- og våtbreddenedbrytning eller tap av tidligere dyrkbart land kan ligge under eller forverre de mer kjente antatte årsakene til selvmord.

Påstanden hans om at selvmord har økt med 50 prosent de siste 50 årene, eksempelvis, er opplagt mulig å bestride gyldigheten av. Som den kjente evolusjonspsykologen Steven Pinker (2019, s. 329) bitende slår fast i sin bok *Opplysning nå*: «De alvorlige advarslene om ensomhet, selvmord, depresjon og angst i stort omfang overlever ikke en faktasjekk.» Selvsagt er selvmordsstatistikk gjennom et halvt århundre preget av en relativt høy grad av usikkerhet som vi må ta høyde for, siden underrapportering, manglende registrering, holdninger, grad av åpenhet og religiøse forbud virker inn på tallene. Men Pinker viser til en tabell som viser historiske data helt fra andre halvdel av 1800-tallet fram til i dag fra tre land – England, Sveits og USA. Alle disse viser at selvmord var vanligere før enn nå, og at det i tidsperioden Albrecht henviser til, siste halvdel av 1900-tallet, har vært en samlet sett tydelig nedgang i selvmord. Det forekommer riktignok variasjoner, blant annet hadde Sveits en topp igjen på 1980-tallet, og selvmordsraten for USA på 2000-tallet og fram til i dag peker oppover. Pinkers (2019, s. 324) konklusjon er imidlertid entydig: «[V]i vet nok til å tilbakevise to vanlige oppfatninger. Den første er at selvmord har økt jevnt og trutt og nå er på historisk høyt nivå og har antatt epidemiske proporsjoner.»

Når det gjelder forekomsten av psykiske lidelser, er også det heftet med en del usikkerhet, ikke minst fordi de diagnostiske kriteriene, hjelpetilbudet og

samfunnets holdninger til mentale lidelser stadig endrer seg. Likevel er det heller ikke her særlig tvil ifølge Pinker (2019, s. 329), som viser til den største metaanalysen av de to vanligste psykiske lidelsene, angst og depresjon, mellom 1990 og 2010 på verdensbasis. Der slås det fast at «når det anvendes klare diagnostiske kriterier, finnes det ikke belegg for at forekomsten av vanlige psykiske lidelser øker» (Costello, Erkanli & Angold som sitert i Pinker, 2019, s. 329). Riktignok dekker dette bare slutten av tidsrommet som Albrecht omtaler, men Pinker viser også til to langvarige undersøkelser fra Sverige og Canada som undersøkte personer født mellom 1870- og 1990-tallet, og fulgte dem fra midten til slutten av 1900-tallet. Heller ikke her ble det funnet noen økning i depresjon. Så Albrechts påstander om en global økning i selvmord og psykiske lidelser i siste halvdel av det 20. århundret er i beste fall diskutabile og i verste fall misvisende.

Hvilke slutninger kan vi så trekke ut fra dette? For det første rokker naturligvis ikke dette ved den ytre verdens rystelser: Naturtapet, miljø- og klimaendringer i tidsperioden fra 1950-tallet og fram til i dag er svært godt dokumentert, utenom en teoretisk tvil som alltid vil hefte ved alle vitenskapelige undersøkelser. Så livet på jorda er utvilsomt påvirket negativt. Men det ser bare ikke ut til at det gir de samme direkte utslagene i selvmords- eller psykiske lidelser-statistikken på den måten som Albrecht hevder. Ergo rokker funnene om at menneskets psyke ikke påvirkes like entydig slik økofilosofier eller -psykologer mener å vite, ved hele fundamentet til geskjeften med å finne forbindelser mellom den indre og ytre verden. Dermed står vi overfor en annen oppgave enn den Albrecht (2005, s. 55) postulerer i avslutningen av sin introduksjon til solastalgia: «Nederlaget til solastalgia og ikke-bærekraft krever at alle våre emosjonelle, intellektuelle og praktiske handlinger reorienteres mot å helbrede avgrunnen mellom hva som foregår i våre økosystemer, og den menneskelige helse.» Problemet er bare at det er ikke sikkert at sistnevnte lar seg påvirke så tydelig som Albrecht og andre gjerne skulle ha sett. Behovet for en «økopsykologi som reetablerer den fulle menneskelige helsen (åndelig og fysisk) innenfor en total økopsykologisk helseramme» (Albrecht, 2005, s. 55), er derfor ikke like selvsagt. Ikke fordi naturtapet, miljø- og klimaproblemene dermed ikke er så ille eller viktige, men fordi veien om den menneskelige psyke og dens lidelser ikke er like opplagt. Med andre ord er det ikke like sikkert at økopsykologiens grobunn for brobygging vil være så solid og virkningsfull som man håper. Denne heftelsen ligger også latent i et beslektet begrep til solastalgia av enda nyere dato: økosorg.

### **Økopsykologiens kjernebegrep: Økosorg**

De siste årene har det innenfor øko- og klimapsykologien også vokst fram et begrep som er beslektet med Albrecht solastalgia, nemlig økologisk sorg

(*ecological grief*). Konseptet skriver seg blant annet fra den vitenskapelige artikkelen «Ecological grief as a mental health response to climate change-related loss», publisert i 2018 i det anerkjente tidsskriftet *Nature Climate Change* av klimaforskerne Ashlee Cunsolo og Neville Ellis. Sorg har til nå primært blitt brukt om tapet av en person som sto en nær, skriver de her: «Selv om prosesser som sorg og sørping er godt forstått i den psykologiske litteraturen som svar på tapet av en elsket person, er sjelden disse begrepene utvidet til tap som oppstår i forbindelse med den naturlige verden» (Cunsolo & Ellis, 2018, s. 275). Deres ambisjon er dermed å utvide hva slags tap som regnes inn under sorg, til også å omfatte andre levende vesener, landskaper og økosystemer, i tråd med økopsykologiens overordnede prosjekt om å utvide menneskets empatiske rekkevidde til også å gjelde ikke-antropomorfe former som står oss nær.

Cunsolo og Ellis poengterer at de velger å betrakte økologisk sorg som en form for fratatt sorg (*disenfranchised grief*), en sorg som ikke er åpent eller offentlig godtatt eller anerkjent. Økosorg er derfor fraværende eller ikke tatt hensyn til i klimadebatt, politikk og forskning, kommenterer de. Men ved å anerkjenne tidligere former for oversett sorg kan verdier og ting som ofte betraktes å ligge utenfor rekkevidden av menneskelig omsorg, og dermed etisk ansvar, regnes med, ifølge Cunsolo og Ellis. Her henviser de til den kjente amerikanske filosofen Judith Butler, som tidligere har skildret hvordan det å sørge har et vi-skapende potensial, som både avslører våre kjente, ukjente og ikke-ankjente forbindelser til andre og skaper muligheter for å strekke seg på tvers av forskjeller for å knytte seg til andre. Sorg kan også tillate oss å stille spørsmål om hva vi velger å verdsette og sørge over, inkludert klimaendringer, naturtap og nedbrytning, fremhever Cunsolo og Ellis.

Den referansen Cunsolo og Ellis her legger til grunn, skriver seg fra Butlers verk *Precarious Life: The Powers of Mourning and Violence*, en essaysamling skrevet i kjølvannet av de skjellsettende terroraksjonene mot World Trade Center i New York 11. september 2001. Utgangspunktet for Butler er en filosofisk refleksjon over den høynede sårbarheten og aggresjonen som fulgte i USA i etterkant av terroranslaget. Butler (2004) argumenter her mot oppfatningen om at sorg er noe privat og apolitisk, mens hun isteden viser hvordan sorg fremmer en følelse av politisk fellesskap eller en sammensatt verdensorden, ettersom den bringer fram de relasjonelle båndene som har betydning for grunnleggende avhengighet til andre og etisk ansvar. Dersom min skjebne opphavelig ikke lar seg skille fra din, så er dette vi-et prisgitt en gjensidig avhengighet som vi ikke kan argumentere imot uten å fornekte noe grunnleggende om de sosiale betingelsene for hele vår menneskeformasjon, understreker hun.

Umiddelbart skulle man anta, som også Cunsolo og Ellis gjør, at det å sørge også har et vi-skapende potensial til å inkludere også de naturlige omgivelsene, fra dyr og planter til landskaper og klimaet. Men muligens ikke

uten å gjøre et trossprang (*leap of faith*), akkurat som økopsykologene før dem. Butler tar utgangspunkt i Freuds tanker om sorg: Når vi mister en person, vet vi ikke alltid hva det er i den personen som er tapt. Det er ikke slik at jeget eksisterer uavhengig, og at jeg simpelthen mister deg, og særlig ikke dersom båndet til deg utgjør en del av hvem jeg er, skriver hun. Dersom jeg mister deg under disse betingelsene, så sørger jeg ikke bare over tapet, men jeg blir usynlig for meg selv. For hvem er jeg uten deg? spør Butler retorisk.

Men den menneskelige empatien er som kjent begrenset, og et åpent spørsmål er om økosorg har et slikt vi-skapende potensial til å ta et større etisk ansvar for de naturlige omgivelsene som Cunsolo og Ellis håper. Butler berører da også problemet med empatiens rekkevidde i sin tekst når hun stiller spørsmålet om hvem som kan anerkjennes som verdige å sørge over, og da kontrasterer hun tapte amerikanske liv etter 11. september 2001 mot døde irakiske barn eller palestinske sivile. Og her vedgår hun at det kan være krevende nok å utvide empatirekkevidden på tvers av de etablerte geopolitiske skillelinjene. Like fullt åpner hun for at også ikke-menneskelige vesener kan sørges over:

Når vi mister visse mennesker, eller når vi blir bortvist fra et sted eller et samfunn, kan vi føle at vi bare gjennomgår noe midlertidig, at sorgen vil være over, og noe gjenoppretting av tidligere orden vil bli oppnådd. Men kanskje når vi gjennomgår det vi gjør, blir noe om hvem vi er avslørt, noe som avgrenser båndene vi har til andre, som viser oss at disse forbindelser utgjør det vi er, forbindelser eller bånd som former oss (Butler, 2004, s. 22).

Her kan det faktisk virke som Butler sidestiller sorgen over tapet av enkelte mennesker som er kjære for oss, med den tapserfaringen steder eller fellesskap som betyr noe, kan gi. Dersom vi også trekker inn nyere psykologisk forskning, finner vi at forskeren Stefania Uccheddu og kolleger i 2019 publiserte en vitenskapelig artikkel der de lanserte det kliniske instrumentet 'The Mourning Dog Questionnaire', som i motsetning til hva tittelen kan leses som, registrerer hundeeieres sorg. Her skriver de: «Vi fant ut at kjæledyreiere har en tendens til å menneskeliggjøre kjæledyret sitt og oppfatter dyr ikke annerledes enn mennesker når det gjelder følelser, behov og juridiske rettigheter» (Uccheddu et al., 2019, s. 1). Det er dermed mulig å argumentere for at tapsfølelsen kan være vel så sterk etter tapet av familiehunden som etter et menneske. Og faktisk sterkere i en del tilfeller: Uccheddu og kolleger (2019) fant nemlig at perioden med sorg etter tapet av en trofast dyrefølgesvenn kan være lengre enn etter tapet av en person. Båndet mellom eier og hund kan bli så sterkt fordi det tilbyr en form for stabilitet, trygghet og trøst som menneskelige forhold ikke alltid kan leve opp til. Således kan man argumentere for at målt i ren følelsesintensitet er det mulig at sorg like gjerne kan omfatte dyr, natur og steder.

Dersom vi imidlertid følger en intersubjektiv tilnærming til sorg, er det mulig å også argumentere for at dens vi-skapende potensial primært er reservert for verden av mennesker. Selv om Butler er utpreget psykoanalytisk inspirert av Freud i sitt sorgarbeid, kan vi her trekke inn en annen av psykologiens pionerer, nemlig William James (1890), som i *The Principles of Psychology* gir noen svært interessante og overraskende moderne utlegninger av selvet. Selvet er grunnleggende relasjonelt, fremholder James, og det kan ikke eksistere alene, men er grunnleggende sosialt og interrelasjonelt fundert. Det eksisterer følgelig like mange utgaver av oss selv som vi kjenner andre mennesker som har et indre bilde av oss. Disse kan også være ganske forskjellige. De fleste mennesker vil sikkert ha gjort erfaringer med at i møte med visse personer føler vi oss alltid opphøyde, og nedvurderte i møte med andre. Og tilsvarende dersom en nær venn av oss som holder et slikt indre bilde av oss i sitt sinn, dør, så dør også en del av oss selv, det vil si den delen av selvet vårt som kun eksisterte i dette unike menneskelige forholdet. Eller som Butler (2004, s. 22) selv skriver: «På ett nivå tror jeg at jeg har mistet ‘deg’ bare for å oppdage at ‘jeg’ også har forsvunnet.»

Fra denne intersubjektive innfallsvinkelen er det heller tvilsomt om tapet av en familiehund eller et kjært naturområde helt kan sidestilles med tapet av en nær venn. Som Uccheddu med flere er inne på, vil mange hundeeiere humanisere sine hunder, og således må vi også se for oss en projisering fra hundeeieren til hunden, der man tillegger den menneskelige egenskaper. Så selv om mange opplagt også vil knytte nære bånd til sine kjæledyr, og sørge over familiehundens bortgang på samme måte som over tapet av en nær venn eller et kjært familiemedlem, mangler fortsatt den unike indre representasjonen av ens selv i det tapte. Dette gjenspeiles også i at mange hundeeiere gjerne skaffer seg en ny hund av samme rase. Og selv om de selvsagt kan ha spesielle følelser for og nostalgiske minner om en bestemt hund, så er kjæledyrets eksistensstatus også forbundet med noe utbyttbart.

Tilbake står spørsmålet om den økologiske sorgens mobiliserende kraft ubesvart. Ut fra en sorgteori der man kun måler følelsesintensitet, vil nok også andre naturlige fenomen kunne regnes som objekter verdige å sørge over. Og det må legges til her at man i en rekke enkeltsaker kan se tegn til voldsomme følelser og engasjement, eksempelvis i regjeringens vindkraftutbygging i Norge, som mange i lokalsamfunnene protester intenst mot. Om vi derimot stiller krav om sorgens vi-skapende sammenslutning av mennesket og natur i og med økosorg, der vi erkjenner at vi taper noe av oss selv dersom vi taper et stykke natur, er det mer tvilsomt ut fra James' relasjonelle identitetsteori, da bare mennesker kan holde indre representasjoner av oss i sitt sinn. Mennesker er mer fundamentalt identitetsdannende enn hva steder eller dyr kan være. Ut fra denne tilnærmingen til sorg vil man nok vente forgjeves på en utvidelse av empatiens sirkler og det forløsende gjennomslaget for engasjementet for naturen og klimaet. Det synes kort og godt som den

vitenskapelige klisjeen «mer forskning trengs» er på sin plass når det gjelder økosorgens videre potensial.

### **Bare psykologien kan redde oss nå?**

Økopsykologiens tiltro til at følelser og psykiske lidelser eller kombinasjoner av disse, som solastalgia, økosorg eller klimaangst, vil komme miljø- og klimasaken til gode, er og blir problematisk. Hvorfor? Jo, fordi menneskets psykiske reaksjoner og lidelser ikke nødvendigvis lar seg avlese direkte ut fra samtidens største problem, slik man ofte skulle tro. Pinker (2019, s. 323) kommenterer dette slik: «Man skulle tro at selvmord er den sikreste indikasjonen på manglende trivsel i samfunnet, på samme måten som drap er det mest pålitelige kriteriet på et konflikt samfunn. [...] Men i praksis er selvmordsratene ofte uforklarlige.» På samme måte er det langt fra sikkert at man kan avlese naturtap eller klimaendringer eller fremmedgjøring fra naturen i menneskets psyke. Og enda mindre i tide til å gjøre noe med det. Dermed kan hele den økopsykologiske følelsesvingningen i klimadebatten vise seg å være noe av en avsporing. Og attpåtil en fatal en i en tid med stadig mindre tid, jamfør USAs tidligere president Barack Obamas berømte utsagn om at vi er den første generasjon som føler konsekvensene av miljø- og klimaendringene, og den siste generasjonen som har mulighet til å gjøre noe med det.

Det er slettes ikke sikkert at mange mennesker i dag opplever naturtapet på en like åpenbar emosjonelt destruktiv måte som økopsykologene vil ha oss til å tro. Jovisst finnes det etter hvert solid dokumentasjon på at alt fra å gå i skogen til å ha nærkontakt med dyr kan virke positivt inn på den mentale helsen (se f.eks. Cox et al., 2017), men det er ikke dermed sagt at fravær av dette automatisk vil gi samme utslag i en slik skala som økopsykologene postulerer. Selv om begreper som klimaangst og økosorg utvilsomt blir mer relevant idet prognosene for klimaet og naturtapet åpenbarer seg for våre øyne i årene som kommer, kan mye tyde på at det moderne mennesket rett og slett har levd for mange generasjoner borte fra naturen til at brorparten føler det like sterkt som antagelsen skulle tilsi.

Oppfatningen om at vi må eller bør gå veien om følelsene og menneskets psykologi i møte med miljø- og klimakrisen, kan dessuten beskyldes for å reproducere den samme antroposentrismen, mennesket i sentrum-tankegangen (se Hverven, 2018 for en nærmere utlegging), som har brakt oss i denne situasjonen i utgangspunktet. Naturen og miljøet burde ha en egenverdi uavhengig av hva det gjør med oss å tape den, eller hva slags følelser eller lidelser det måtte påføre oss.



## Konklusjon

Roszak, økopsykologiens opphavsmann, avslutter sitt banebrytende verk *The Voice of the Earth: An Exploration of Ecopsychology* med å fremholde at økopsykologien vektlegger at det er et synergisk forhold mellom planeten vår og menneskets velvære. Roszak (2001, s. 321) sier hans valg av begrepet «synergi» er gjort med tanke på dets teologiske konnotasjon, der mennesket og det guddommelige er gjensidig forbundet i søken etter frelse. Den økologiske moderne oversettelsen av dette er da: Jordklodens behov er lik behovene til mennesket, og rettighetene til mennesket er rettighetene til planeten.

Men hva hvis Roszaks tro på synergi helt enkelt er feilslått? Og avslører Roszak her egentlig at økopsykologien i bunn og grunn er like lite sikker som håpet om frelsen, som først og fremst fordrer tro? At uansett hvor kontraintuitivt det kan høres ut, så er ikke jordens og menneskets behov kompatible, men sistnevntes behov i utakt med førstnevnte, noe som medfører at vi ikke kan se for oss noe lykkelig utfall, der alt går opp i en høyere, nærmest guddommelig enhet. I så fall etterlater Roszaks kritikk av den moderne vitenskapen oss med få verktøy til å problematisere og tematisere det. I og for seg hadde dette ikke vært noe stort problem eller av videre interesse utover økopsykologiens indre sirkler, men som jeg har vist, angår psykologiens begrensninger oss alle, ettersom dens tankegods, perspektiv og begreper nå har meldt seg med full styrke i klimadebatten.

Naturligvis kan vi fortsatt fremholde at den menneskeskapte globale miljø- og klimakrisen også har en viktig affektiv, psykologisk side. Men antageligvis burde vi utvise større grad av klimafølelsesskeptisisme, ettersom stadig mer populære økopsykologiske termer som solastalgia og økosorg synes å være velmente skrivebordkonstruksjoner som risikerer å villede like mye som de veileder, i en tid der vi tragisk nok har mindre og mindre tid.

Tross disse innsigelsene mot holdbarheten i økopsykologiens løfte så tror jeg heller ikke vi kommer utenom psykologien i klima- og miljøsakene. Og derfor er tiden overmoden også for at økopsykologiens prisverdige engasjerte, men samtidige så svermeriske omgang med natur og omtrentlige holdning til vitenskapen, komplementeres med miljø- og klimapsykologiens mer nøkterne, empiriske grunnholdning til relasjonen menneske–natur. For økopsykologiens grunninnsikt: «Som om sjelen kan reddes, mens biosfæren forvitrer» (Roszak, 2001, s. 19) er like fullt apriorisk sann, og sørgelig nok en stadig mer nødvendig påminnelse om livets betingede grunnvilkår som vi ikke kommer utenom.

## REFERANSER

- Albrecht, G. (2005). 'Solastalgia'. A new concept in health and identity. *PAN*(3), 41-55.
- Ambrose, J. (2020). 'Hijacked by anxiety': how climate dread is hindering climate action. *Guardian*. Hentet fra: <https://www.theguardian.com/environment/2020/oct/08/anxiety-climate-crisis-trauma-paralysing-effect-psychologists>
- Butler, J. (2004). *Precarious Life: The Powers of Mourning and Violence*. London: Verso.
- Clayton, S., & Manning, C. (red.) (2018). *Psychology and Climate Change: Human Perceptions, Impacts, and Responses*. Cambridge, MA: Academic Press.
- Clayton, S., Manning, C., & Hodge, C. (2014). *Beyond Storms & Droughts: The Psychological Impacts of Climate Change*. Washington, DC: American Psychological Association | ecoAmerica.
- Conesa-Sevilla, J. (2019). *Ecopsychology revisited: For whom do the «nature» bells toll?* Arcata, CA: Humboldt State University Press.
- Cox, D.T.C., Shanahan, D.F., Hudson, H.L., Plummer, K.E., Siriwardena, G.M., Fuller, R. A., ... Gaston, K.J. (2017). Doses of neighborhood nature: The benefits for mental health of living with nature. *BioScience*, 67(2), 147-155. doi:10.1093/biosci/biw173
- Cunsolo, A., & Ellis, N.R. (2018). Ecological grief as a mental health response to climate change-related loss. *Nature Climate Change*, 8(4), 275-281. doi:10.1038/s41558-018-0092-2
- Cunsolo, A., Harper, S.L., Minor, K., Hayes, K., Williams, K.G., & Howard, C. (2020). Ecological grief and anxiety: the start of a healthy response to climate change? *The Lancet Planetary Health*, 4(7), e261-e263. doi:10.1016/S2542-5196(20)30144-3
- Filocamo, K.P. (2020). Coping with ecological crises from a queer ecological theory perspective: Eros and melancholy. *Ecopsychology*, 12(4), 285-291. doi:10.1089/eco.2019.0044
- Fisher, A. (2013). *Radical ecopsychology: Psychology in the service of life* (2. utg.). Albany, NY: State University of New York Press.
- Harrison, M. (2019). Feeling severely distressed about the climate crisis? You're suffering from solastalgia. *New Statesman*. Hentet fra: <https://www.newstatesman.com/2019/10/feeling-severely-distressed-about-climate-crisis-you-re-suffering-solastalgia>
- Hendryx, M., Luo, J., Chojenta, C., & Byles, J.E. (2020). Air pollution increases depression risk among young women: possible natural world resiliencies. *Ecopsychology*, 12(4), 237-246. <http://doi.org/10.1089/eco.2020.0010>
- Hverven, S. (2018). *Naturfilosofi*. Oslo: Dreyers forlag.
- IPCC. (2018). *Global warming of 1.5 C*. Geneva: IPCC.
- IPCC. (2019). Summary of policymakers. I H.-O. Pörtner, D.C. Roberts, V. Masson-Delmotte, P. Zhai, M. Tignor, E. Poloczanska, K. Mintenbeck, A. Alegría, M. Nicolai, A. Okem, J. Petzold, B. Rama, & N.M. Weyer (red.), *IPCC Special Report on the Ocean and Cryosphere in a Changing Climate* (s. 3-26). Cambridge: Cambridge University Press.
- James, W. (1890). Chapter X: The consciousness of self. I *The principles of psychology*. Hentet fra: <https://psychclassics.yorku.ca/James/Principles/prin10.htm>
- Jung, C.G. (1964). *Man and His Symbols*. New York: Dell.
- Parker, I. (red.) (2015). *Handbook of Critical Psychology*. London: Routledge.
- Pinker, S. (2019). *Opplysning nå: et forsvar for fornuften, vitenskapen, humanismen og fremskrittet*. Oslo: Gyldendal.
- Roszak, T. (2001). *The Voice of the Earth: An Exploration of Ecopsychology* (2. utg.). Grand Rapids: Phanes Press.
- Schmuck, P., & Vlek, C. (2003). Psychologists can do much to support sustainable development. *European Psychologist*, 8(2), 66-76. <https://doi.org/10.1027//1016-9040.8.2.66>

- Steg, L., & Groot, J.I.M. d. (red.) (2018). *Environmental Psychology: An Introduction*. Hoboken, NJ: Wiley-Blackwell. <https://doi.org/10.1002/9781119241072>
- Uccheddu, S., De Cataldo, L., Albertini, M., Coren, S., Da Graça Pereira, G., Haverbeke, A., ... Pirrone, F. (2019). Pet humanisation and related grief: development and validation of a structured questionnaire instrument to evaluate grief in people who have lost a companion dog. *Animals*, 9(11), 933. <https://doi.org/10.3390/ani9110933>