Julius-Maximilians-
UNIVERSITÄT
WÜRZBURG

Dr. Benedikt Seger
Universität Würzburg, Institut für Psychologie
Röntgenring 10, 97070 Würzburg
benedikt.seger@uni-wuerzburg.de

Initiative
Psychologie im
Umweltschutz

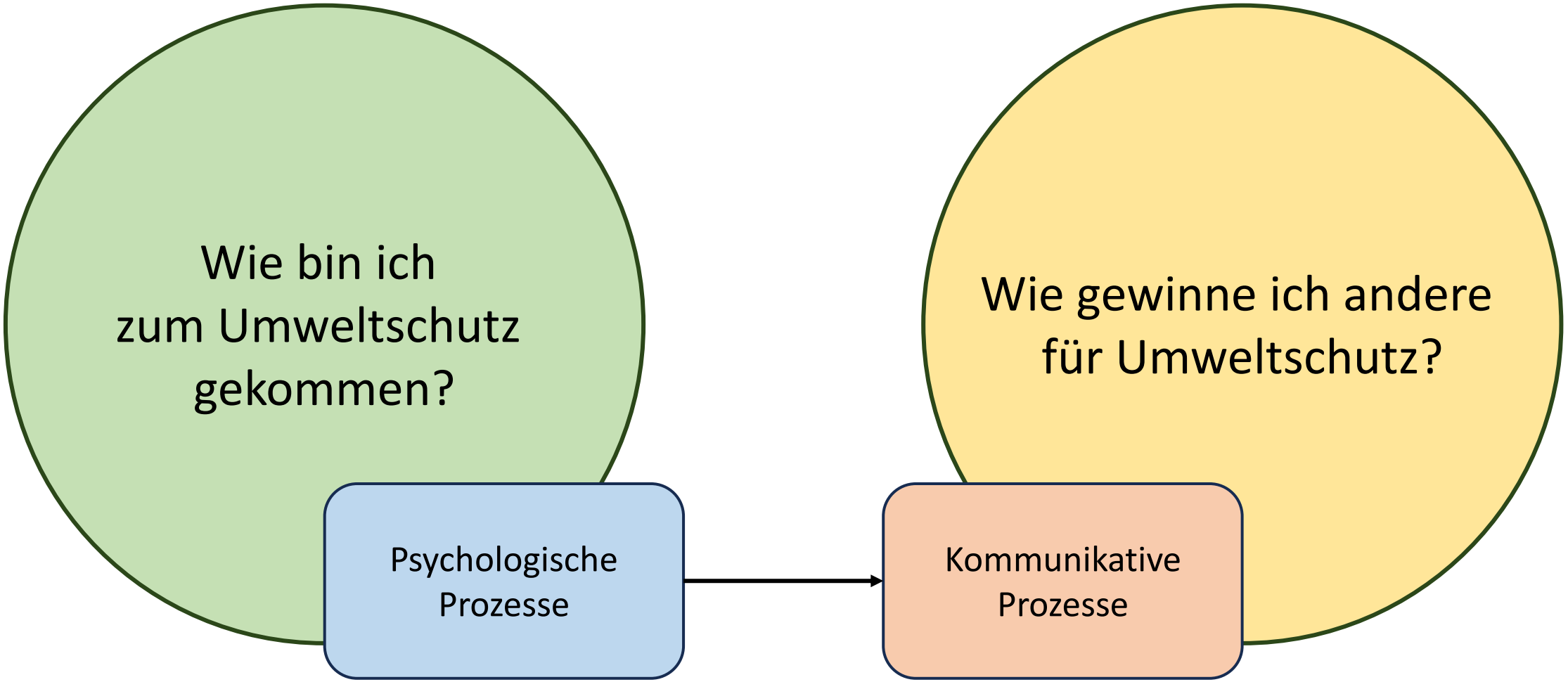
Wie komme ich zum Umweltschutz?

Input-Vortrag

im Rahmen der Veranstaltungsreihe „KlimaZeit 2023“

Ergolding (Landshut), 12.10.2023

Dr. Benedikt Seger
Universität Würzburg, Institut für Psychologie
Röntgenring 10, 97070 Würzburg
benedikt.seger@uni-wuerzburg.de



Dr. Benedikt Seger
Universität Würzburg, Institut für Psychologie
Röntgenring 10, 97070 Würzburg
benedikt.seger@uni-wuerzburg.de

Wie bin ich zum Umweltschutz gekommen?

2010-2013	Studium Psychologie (B.Sc.) an der OvGU Magdeburg
2013-2015	Studium Psychologie (M.Sc.) mit **Schwerpunkt Umweltpsychologie** in Magdeburg
seit 2014	aktives Mitglied der **Initiative Psychologie im Umweltschutz (IPU)** e.V. https://ipu-ev.de
2015-2021	Promotion an der Universität Würzburg zu Textverstehen bei Kindern
2017-2020	Mitwirkung an **Online-Vorlesung „Psychologie des sozial-ökologischen Wandels“** https://ipu-ev.de/bildungsmaterialien/online-vorlesung/
aktuell	Forschung und Lehre (u.a.) zu **Umweltpsychologie und Klimakommunikation** an der Universität Würzburg

Dr. Benedikt Seger
Universität Würzburg, Institut für Psychologie
Röntgenring 10, 97070 Würzburg
benedikt.seger@uni-wuerzburg.de

Wie sind Sie zum Umweltschutz gekommen?

1. Was haben Sie verändert?
2. Was hat Sie zu dieser Veränderung bewogen?
3. Welche Schritte waren nötig?
4. Welche Hindernisse gab es?
5. Wie fühlen Sie sich mit der Veränderung?

Dr. Benedikt Seger
Universität Würzburg, Institut für Psychologie
Röntgenring 10, 97070 Würzburg
benedikt.seger@uni-wuerzburg.de

Wie sind Sie zum Umweltschutz gekommen?

sich informieren

sich engagieren

forschen, lehren, entwickeln

https://www.handabdruck.eu/

nicht fliegen

Fahrrad

statt Auto

Fuß

ÖPV

E-Auto

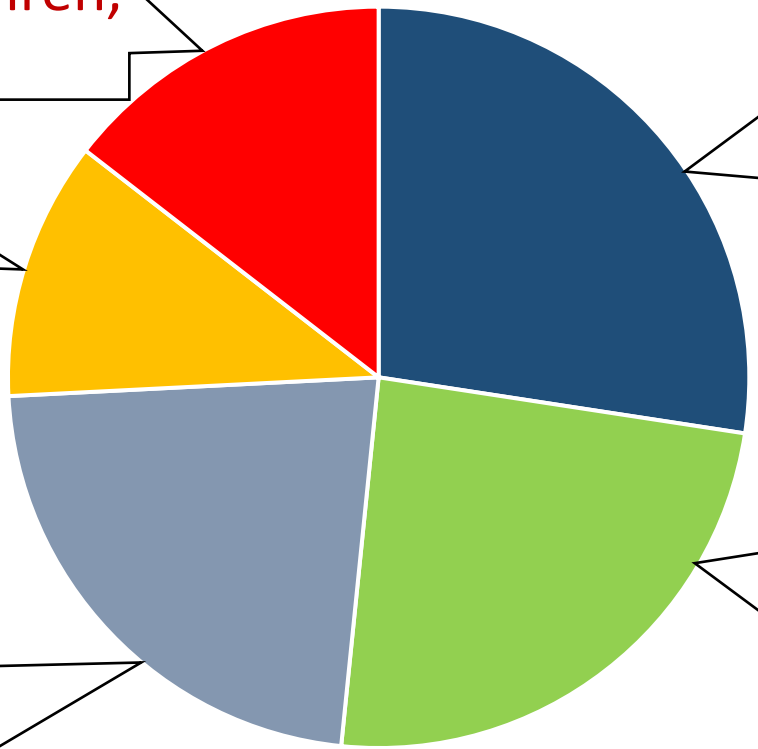
Videokonferenzen

Ökostrom produzieren

beziehen

Isolierung

weniger heizen



weniger Fleisch

vegetarisch/vegan

Bio

regional/saisonal

weniger konsumieren

selber herstellen

Auto bis Lebensende nutzen

Reparieren

Recycling

hochwertige Kleidung

Upcycling

Papier

Plastik

vermeiden

Flaschenwasser

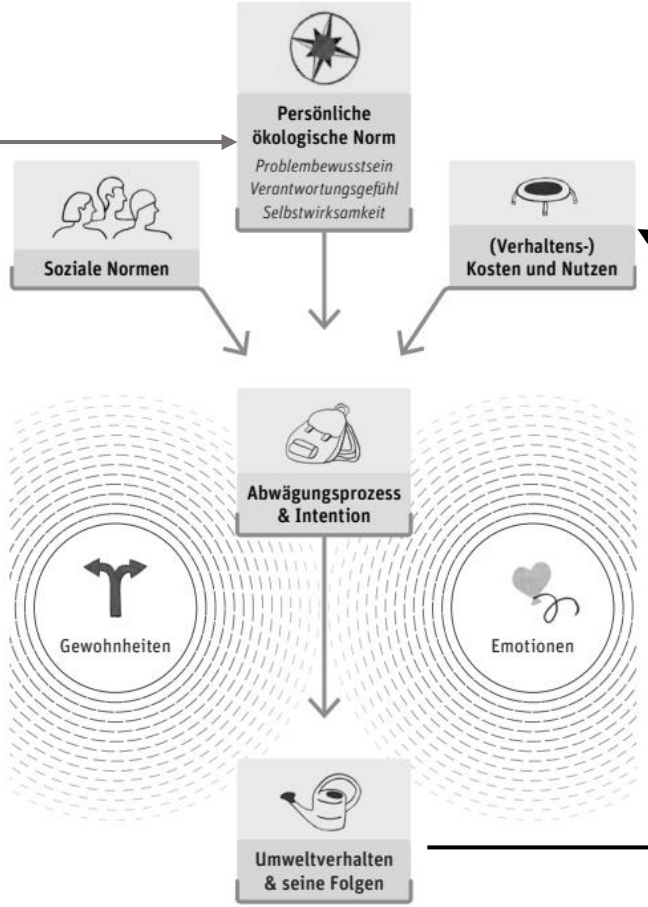
Dr. Benedikt Seger
Universität Würzburg, Institut für Psychologie
Röntgenring 10, 97070 Würzburg
benedikt.seger@uni-wuerzburg.de

Antworten der Umweltpsychologie

Modell zur Erklärung nachhaltigen Handelns

Wissen

Karen Hamann, Anna Baumann
& Daniel Löschinger (2016):
Psychologie im Umweltschutz –
Handbuch zur Förderung nachhaltigen Handelns
München: oekom Verlag
https://wandel-werk.org/materialien



RAHMEN-
BEDINGUNGEN

Dr. Benedikt Seger
Universität Würzburg, Institut für Psychologie
Röntgenring 10, 97070 Würzburg
benedikt.seger@uni-wuerzburg.de

Antworten der Umweltpsychologie

Wissen und dessen Aneignung

Intensive Einarbeitung ins Thema
Man muss sich in die Materie einlesen
Experimente
Befassung mit Thema
Recherche
Hochsensible Beobachtung der Geschehnisse
Inhalt des Buches
Menge an Informationen
sich widersprechende oder fehlende Informationen

SYSTEMWISSEN

Komplexität

Klimawandel

Plastikmüll

Cradle2Cradle

HANDLUNGSWISSEN

Haushaltsprodukte können selber hergestellt werden

Wasser aus der Leitung

Kürzere Transportwege schonen Umwelt

Verzicht von Pestiziden erhöht Artenvielfalt

WIRKSAMKEITSWISSEN

Information zu den jeweiligen Produkten

Ist es wirklich besser, (…) das Biorindfleisch vom 50km entfernten Ökomarkt zu kaufen als Schweinefleisch beim Metzger um die Ecke?

Dr. Benedikt Seger
Universität Würzburg, Institut für Psychologie
Röntgenring 10, 97070 Würzburg
benedikt.seger@uni-wuerzburg.de

Antworten der Umweltpsychologie

Problembewusstsein…

Überzeugung, dass es ein Problem gibt, das gelöst werden muss

SYSTEMWISSEN

Schnelles Voranschreiten
Gegenwärtiges Ausmaß
des Klimawandels
Katastrophale Auswirkungen
Notwendigkeit
Dringlichkeit
zu viel Plastikmüll

…Verantwortungsgefühl…

Überzeugung, zu einer Lösung des Problems beitragen zu müssen

Verantwortung

…und Selbstwirksamkeit

HANDLUNGSWISSEN

WIRKSAMKEITSWISSEN

Überzeugung, zu einer Lösung des Problems durch bestimmte Handlungen beitragen zu *können*

Dr. Benedikt Seger
Universität Würzburg, Institut für Psychologie
Röntgenring 10, 97070 Würzburg
benedikt.seger@uni-wuerzburg.de

Antworten der Umweltpsychologie

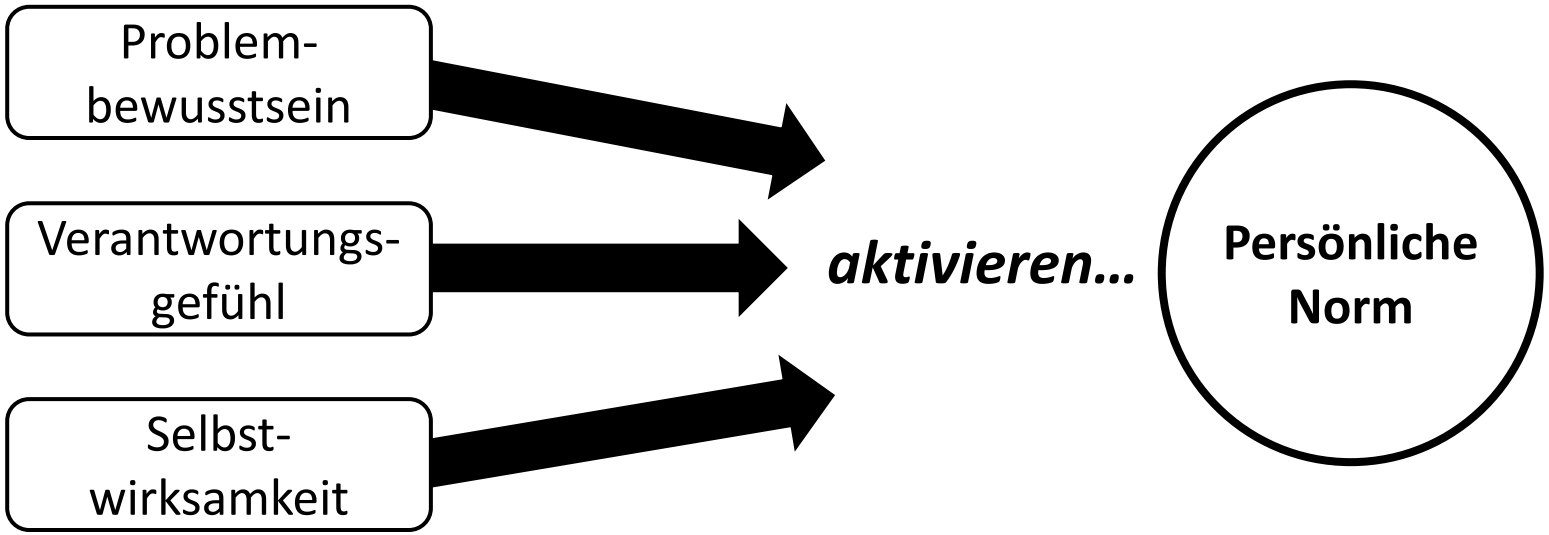
Persönliche ökologische Norm

Gefühl der Verpflichtung, durch bestimmte Handlungen zur Lösung eines Problems beizutragen

Persönliche Entwicklung hin zu einem achtsameren und gesünderen Lebensstil

eigene Überzeugung

notwendig aus meiner Sicht



Dr. Benedikt Seger
Universität Würzburg, Institut für Psychologie
Röntgenring 10, 97070 Würzburg
benedikt.seger@uni-wuerzburg.de

Antworten der Umweltpsychologie

Soziale Normen

Präskriptive Norm („Soll“)

was andere erwarten…

Deskriptive Norm („Ist“)

was andere tun…

Unverständnis in der Mitwelt

unverstanden und vereinzelt (…) in der Nachbarschaft

Eingefahrene Position des Gegenübers

(sich) als Depp (fühlen)

kann man nur empfehlen

Mitarbeiter in Behörden

Vermieter

Vorbildfunktion

Familiäre Gepflogenheiten

DIY-Projekte

2010 noch eher neu

Dr. Benedikt Seger
Universität Würzburg, Institut für Psychologie
Röntgenring 10, 97070 Würzburg
benedikt.seger@uni-wuerzburg.de

Antworten der Umweltpsychologie

Soziale Normen

Präskriptive Norm („Soll“)

was andere erwarten…

Deskriptive Norm („Ist“)

was andere tun…

Unverständnis in der Mitwelt

unverstanden und vereinzelt (…) in der Nachbarschaft

Eingefahrene Position des Gegenübers

(sich) als Depp (fühlen)

kann man nur empfehlen

Mitarbeiter in Behörden

Vermieter

Vorbildfunktion

Familiäre Gepflogenheiten

DIY-Projekte

2010 noch eher neu

Dr. Benedikt Seger
Universität Würzburg, Institut für Psychologie
Röntgenring 10, 97070 Würzburg
benedikt.seger@uni-wuerzburg.de

Antworten der Umweltpsychologie

Verhaltenskosten und –nutzen

Verhaltensnutzen erhöht (künftige) Handlungsbereitschaft

erwartete oder/und tatsächliche Folgen eines (umweltfreundlichen) Verhaltens für das Individuum

Verhaltenskosten senken (künftige) Handlungsbereitschaft

Dr. Benedikt Seger
Universität Würzburg, Institut für Psychologie
Röntgenring 10, 97070 Würzburg
benedikt.seger@uni-wuerzburg.de

Antworten der Umweltpsychologie

Gewohnheiten

wiederkehrende Verhaltensmuster in wiederkehrenden Situationen

werden ausgeführt, ohne viel darüber nachzudenken

vereinfachen Gestaltung des Alltags

Veränderung einer Gewohnheit → **Verhaltenskosten**

Gewohnheiten durchbrechen

Änderung der Einkaufgepflogenheiten

Dranbleiben

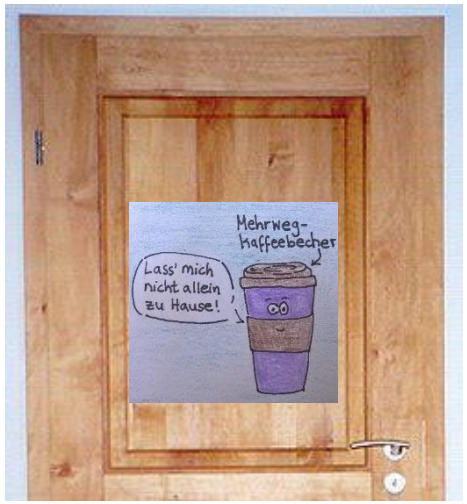
Innerer Schweinehund

Erfahrungswerte

Ausrüstung in Ordnung halten

Verhalten vereinfachen

Erinnerungshilfen (Prompts)



Dr. Benedikt Seger
Universität Würzburg, Institut für Psychologie
Röntgenring 10, 97070 Würzburg
benedikt.seger@uni-wuerzburg.de

Antworten der Umweltpsychologie

Emotionen…

zufriedener

sehr gut!

besser

super

☺ (Freude)
☺ Hoffnung
☺ Erleichterung

☹ Wut
☹ Trauer
☹ Schuld/Scham
☹ Ekel
☹ Angst

unzufrieden

☹

erschöpft

…und Motivation

Interesse

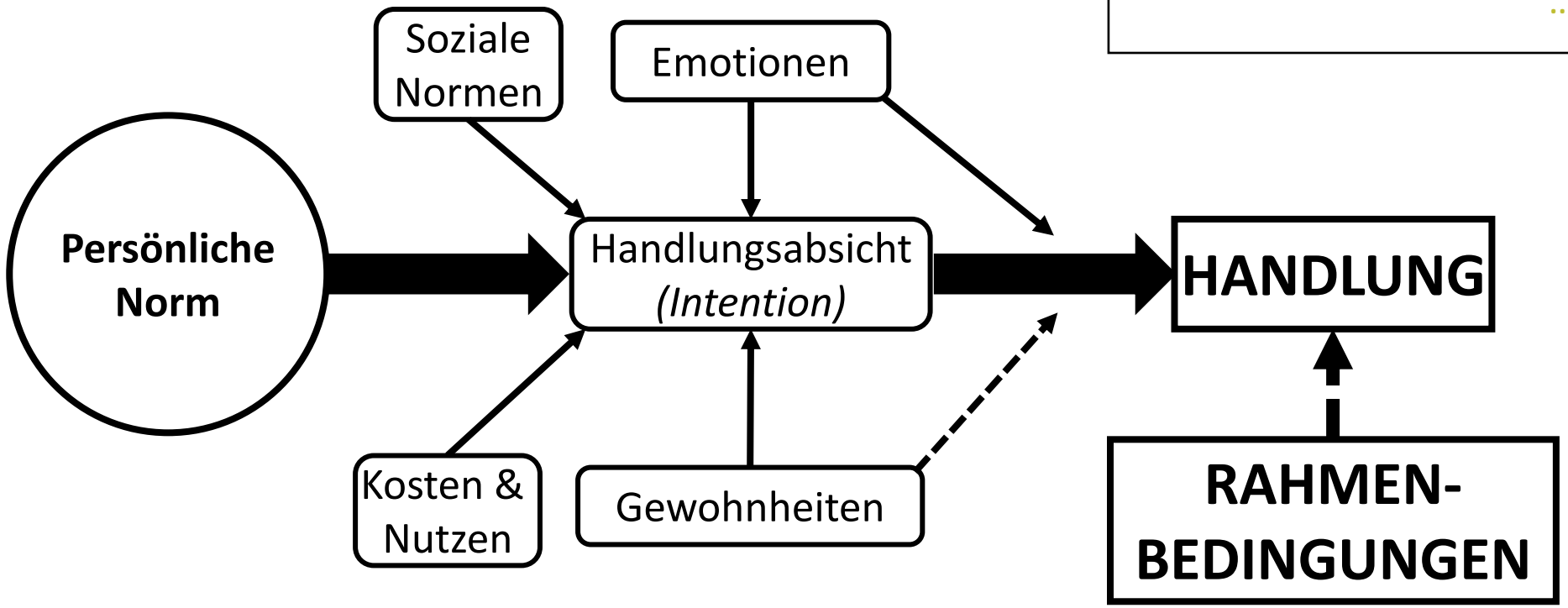
Dr. Benedikt Seger
Universität Würzburg, Institut für Psychologie
Röntgenring 10, 97070 Würzburg
benedikt.seger@uni-wuerzburg.de

Antworten der Umweltpsychologie

Abwägungsprozess und Intention

je nach Maßnahme:
klar denken & entscheiden

…dann einfach tun



Dr. Benedikt Seger
Universität Würzburg, Institut für Psychologie
Röntgenring 10, 97070 Würzburg
benedikt.seger@uni-wuerzburg.de

Antworten der Umweltpsychologie

Verhalten…

INDIVIDUELL

Bewussteres Einkaufen

Weiterbildung

Teilnahme an Kurs

Änderung der Berufstätigkeit

Erklärung bei den Interessengruppen

Klimaschutz

die Natur schützen

Austausch mit anderen

Beitritt zu Organisationen

das gemeinsame Tun in der Gruppe

KOLLEKTIV

…und sozial-ökologische Auswirkungen

Unterstützung regionaler Produzenten

Klimaschutz braucht Flächen

Ressourcenverbrauch

Dr. Benedikt Seger
Universität Würzburg, Institut für Psychologie
Röntgenring 10, 97070 Würzburg
benedikt.seger@uni-wuerzburg.de

Antworten der Umweltpsychologie

Rahmenbedingungen…

Wetter

Behörden

fehlende
wenig durchdachte **Radwege**

rücksichtslose
Autofahrer

Fehlende Bereitschaft (…)
v.a. in der Verkehrspolitik

Pannen

Schlechter ÖPNV auf dem Land

Unzuverlässigkeit der DB

keine Verfügbarkeit von
lokalem Biofleisch
in den 80er-Jahren

…Grenzen individuellen Handelns

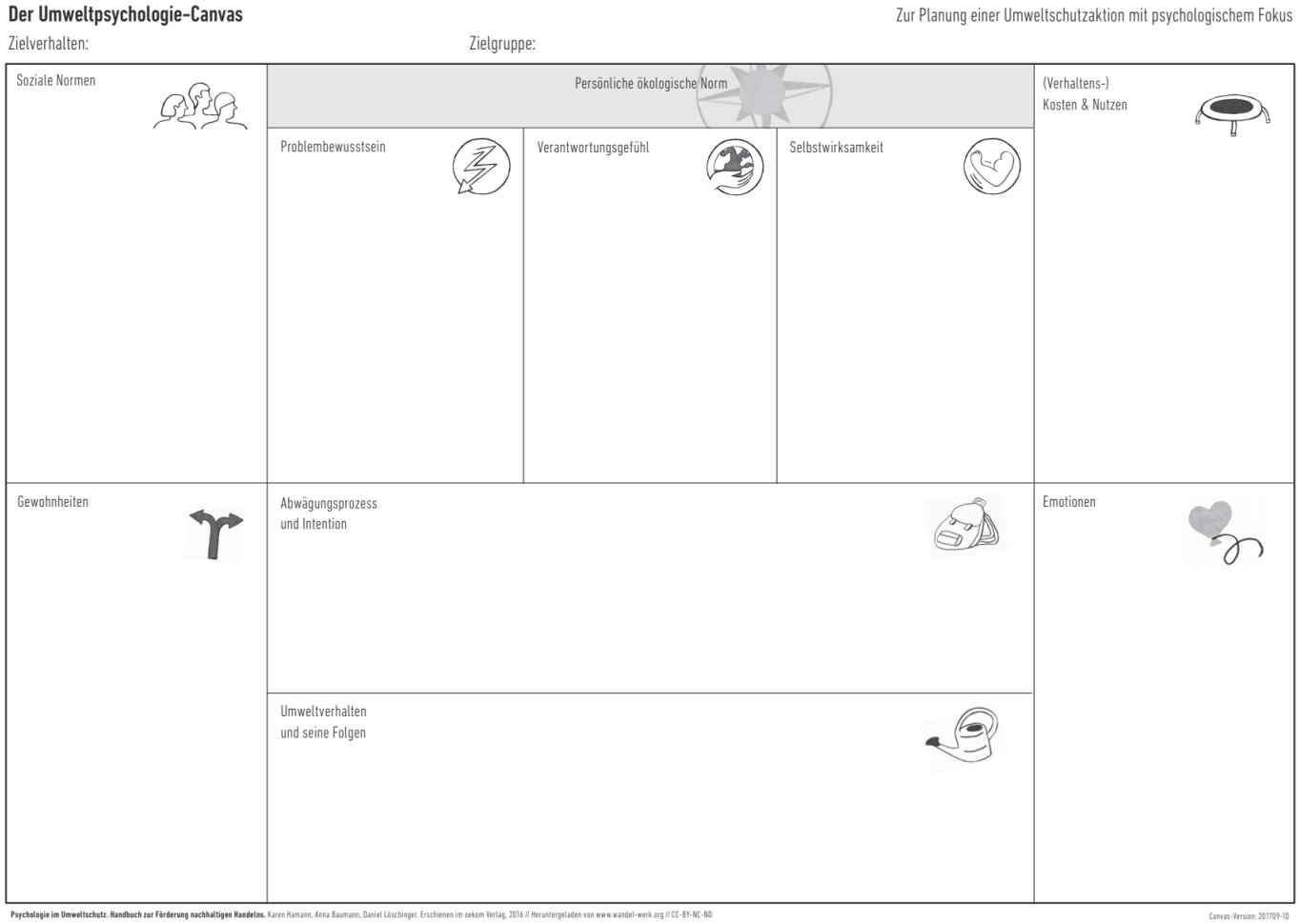
Damit sind auf dem Land die Grenzen dessen,
was Einzelpersonen im Verkehrsbereich tun können,
erreicht.

kaum mehr zu tun (…) am eigenen Fußabdruck

Veränderung ist gut, aber längst nicht ausreichend

Dr. Benedikt Seger
Universität Würzburg, Institut für Psychologie
Röntgenring 10, 97070 Würzburg
benedikt.seger@uni-wuerzburg.de

Antworten der Umweltpsychologie



Karen Hamann, Anna Baumann & Daniel Löschinger (2016):
Psychologie im Umweltschutz –
Handbuch zur Förderung nachhaltigen Handelns
München: oekom Verlag
https://wandel-werk.org/materialien

Julius-Maximilians-
UNIVERSITÄT
WÜRZBURG

Dr. Benedikt Seger
Universität Würzburg, Institut für Psychologie
Röntgenring 10, 97070 Würzburg
benedikt.seger@uni-wuerzburg.de

Initiative
Psychologie im
Umweltschutz

Wie gewinne ich andere für Umweltschutz?

Workshop

im Rahmen der Veranstaltungsreihe „KlimaZeit 2023“

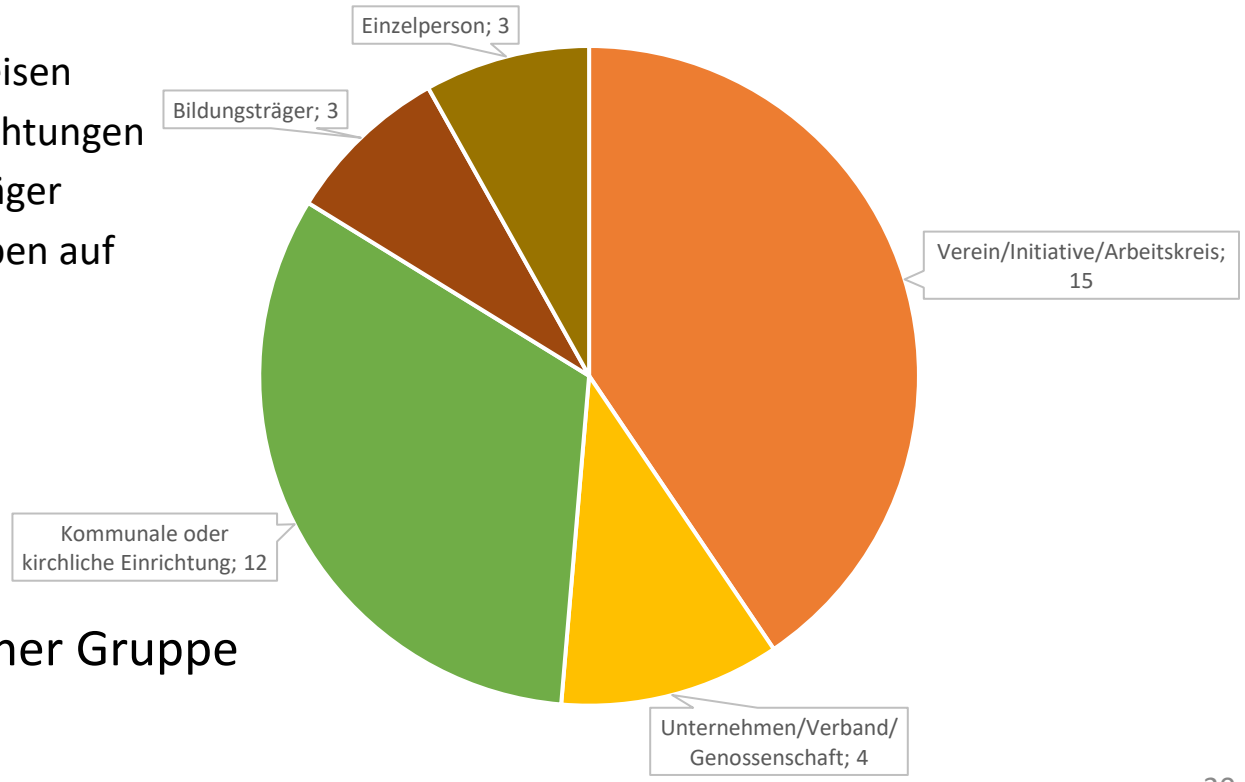
Ergolding (Landshut), 12.10.2023

Dr. Benedikt Seger
Universität Würzburg, Institut für Psychologie
Röntgenring 10, 97070 Würzburg
benedikt.seger@uni-wuerzburg.de

Workshop: Wie gewinne ich andere?

Aufteilung der Gruppen

- pro Gruppe
  - ca. 2 aus Vereinen/Initiativen/Arbeitskreisen
  - ca. 2 aus kommunalen/kirchlichen Einrichtungen
  - ca. 1 von Unternehmen *oder* Bildungsträger
  - Einzelpersonen teilen sich frei auf Gruppen auf



Gewünschtes Ergebnis:

- max. 7 Gruppen
- max. 6 Personen pro Gruppe
- max. 1 Person pro Organisation in einer Gruppe

Dr. Benedikt Seger
Universität Würzburg, Institut für Psychologie
Röntgenring 10, 97070 Würzburg
benedikt.seger@uni-wuerzburg.de

Workshop: Wie gewinne ich andere?

1. Überlegen Sie sich eine Situation, in der Sie versucht haben, andere für Umwelt- bzw. Klimaschutz zu gewinnen.
   - Wie genau haben Sie es versucht?
   - Hat es funktioniert?
   - Was war dafür verantwortlich, dass es (nicht) funktioniert hat?

   5 Min.

2. Stellen Sie Ihre Situationen in der Gruppe vor.

   10 Min.
   (2 Min. p.P.)

3. Diskutieren Sie in der Gruppe & visualisieren Sie auf der Flipchart:
   1. Was braucht es, um andere zu gewinnen? ***15 Min.***
   2. Was nehmen Sie daraus für die Arbeit Ihrer Organisation mit? ***15 Min.***