



КЛИМА ТИЧЕСКАЯ ПСИХО ЛОГИЯ

Как добиться устойчивого развития

КАЛИ АНДЕРССОН, ФРИДА ХИЛАНДЕР, КАТА НИЛЕН

**Кали Андерссон
Ката Нилен
Фрида Хиландер
Климатическая
психология. Как добиться
устойчивого развития**

epub

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=67067922

ООО «Понуппи»; 2021

ISBN 9789851551350

Аннотация

Почему-то сложилось так, что мы стали ставить знак равенства между изменением поведения с целью сохранения климата и изменением потребительских привычек в частной жизни – как будто наша жизнь ограничивается домом и потреблением. Но это представление ошибочно. Поведение охватывает гораздо больше разных сфер. Это все, что мы делаем. Принимаем государственные решения. Пишем полемические статьи в газету. Обсуждаем друг с другом вопросы климата, боремся за проведение более жесткой экологической политики – все это наше поведение. И если мы хотим достичь радикальных изменений, надо абстрагироваться от деталей

и выбирать действия, имеющие сильный и долгосрочный эффект. Книга призывает смотреть на проблему сохранения климата с точки зрения планеты в целом. Учит тому, как оценивать эффективность своих действий, направленных на спасение земли. Мало просто сокращать и запрещать в надежде предотвратить климатическую катастрофу. Надо изменить себя и научиться жить по-новому. Игра не проиграна. У человечества еще есть шанс замедлить разрушительные процессы и предотвратить климатическую катастрофу. Эксперты снова и снова предупреждают нас. Но, несмотря на серьезность ситуации, многие продолжают жить по-старому, ничего не меняя в своей жизни. Они рассуждают, спорят, занимаются своими делами... Как такое возможно? Почему мы никак не поймем, что время не терпит и пора действовать? В книге рассказывается о том, как при помощи психологии можно более эффективно работать на благо природы для предотвращения климатического кризиса. Вы узнаете, почему все прежние стратегии экологической работы не дали результата. Поймете, как можно добиться по-настоящему длительного эффекта и устойчивого развития. И увидите, что это совсем не то, к чему вас обычно призывают средства массовой информации.

Содержание

«Цунами»	7
О нас и о климатической психологии	11
Серьезная проблема	16
Гэп результативности	19
Коренное изменение	27
«Злая проблема»	30
Карта	34
Инструментарий для изменения поведения	37
Изменить поведение ради устойчивого развития	39
Малые меры	44
Невозвратные затраты	47
Конец ознакомительного фрагмента.	49

**К. Андерссон, Ф.
Хиландер, К. Нилен**

Климатическая психология

Как добиться устойчивого развития

Перевела со шведского Ирина Матыцина по изданию: Frida Hylander, Kali Andersson och Kata Nylén. Klimatpsykologi. Hur vi skapar hållbar förändring. – Natur and Kultur.

Издание охраняется законом об авторском праве. Нарушение ограничений, накладываемых им на воспроизведение всей этой книги или любой ее части, включая оформление, преследуется в судебном порядке.

Эта книга рассказывает, как можно изменить стандарты и принципы поведения отдельного человека, а также компаний и регионов, чтобы улучшить экологическую ситуацию и добиться устойчивого развития. Авторы рассматривают проблему экологического кризиса с точки зрения психологии и предлагают действенные, научно обоснованные методы для изменения стереотипов поведения.

Для общественных активистов, руководителей организа-

ций и всех, кто интересуется темой экологии.

© by Kali Andersson, Frida Hylander, Kata Nylén 2019
First published by Natur and Kultur, Sweden Published by
arrangement with Partners in Stories, Sweden and Banke,
Goumen and Smirnova Literary Agency, Sweden © John Eyre,
иллюстрации, 2019

© Перевод, оформление, издание на русском языке. ООО
«Попурри», 2021

* * *

«Цунами»

Когда нашей жизни что-то угрожает, мы обращаемся к специалистам и следуем их советам. Большой раком соглашается на химиотерапию со всеми ее побочными эффектами, даже если результат лечения не гарантирован. Услышав, что идет цунами, мы вряд ли останемся лежать на пляже, рассуждая о том, стоит ли доверять полученной информации. И не важно, что в трех процентах случаев сейсмографы ошибаются. Мы победим. И будем мчаться, даже когда на нас обрушится стена воды. Пока хватит сил, будем убегать, чтобы выжить.

Мы защищаемся до последнего, когда жизни угрожает опасность. Любая. Кроме одной, самой страшной на сегодняшний день, – глобальной экологической катастрофы. Тут мы размышляем, аргументируем, продолжаем заниматься своими делами. А эксперты нас предупреждают. Снова и снова.

Как такое возможно? Почему мы не убегаем, не боремся за жизнь? А если точнее, то почему бездействуем? В 2017 году, по данным исследования общественного мнения (SOM-Institutet), шведы больше всего боялись экологической катастрофы. То есть еще до пожаров и засухи 2018-го сильнее всего жителей Швеции беспокоили проблемы климата.

В 1988 году под эгидой ООН создается Межправи-

тельственная группа экспертов по изменению климата (Intergovernmental Panel on Climate Change, IPCC), задачей которой является представление объективных научных данных и информирование человечества о последствиях климатических изменений. Это значит, что уже в 1988-м, когда на вечеринках играет хит Уитни Хьюстон «Я хочу с кем-нибудь потанцевать», Дастин Хоффман снимается в фильме «Человек дождя», а Стефан Эдберг обыгрывает Бориса Беккера на Уимблдонском турнире, человечество знает о климатических изменениях достаточно, чтобы организовать международную группу экспертов. Проходят десятилетия, однако концентрация парниковых газов в атмосфере продолжает расти, приводя к повышению температуры на нашей планете.

Мы понимаем, что происходит. Беспокоимся и знаем, что надо бежать. Цунами приближается, но все продолжают лежать на пляже. Потому что в нашей жизни пока ничего не изменилось. Есть воздух для дыхания. Еда для утоления голода. Полки в магазинах ломаются от товаров. На бензозаправках можно «подкормить» автомобиль. И фуры регулярно пополняют запасы всего того, что нужно людям (примерно четыре фуры на человека в год). Друзья и знакомые ходят на работу, возвращаются домой, делают покупки в супермаркете или в интернет-магазине. Жизнь идет своим чередом.

Спасение от экологической катастрофы существует, ученые давным-давно просчитали алгоритм действий, хотя и

продолжают спорить о деталях. Рецепт один: уголь, нефть и природный газ должны оставаться в земле. Надо резко сократить, а в перспективе – полностью отказаться от ископаемых видов топлива и научиться есть, развлекаться и передвигаться без их использования. От этого мы не станем жить хуже. Просто иначе. Придется использовать другую технику, а главное – приобрести иные привычки и изменить стиль жизни в целом.

Игра еще не проиграна. У нас есть шанс предотвратить глобальную катастрофу, хотя времени остается все меньше и меньше.

Один из главных вопросов, которыми задаются экологи, звучит так:

Почему мы делаем так мало, если понимаем, что времени осталось в обрез?

И чем дальше, тем более обеспокоенно и даже раздраженно звучит их голос. Недовольство сменяется злостью, а то и яростью:

Как может человек в здравом уме и твердой памяти не понимать, что времени практически не осталось?!

Однако, занявшись климатической психологией, мы получили неожиданные результаты. И поняли, что вопрос сформулирован неправильно. Дело не в том, что люди бездействуют и ничего не предпринимают для изменения ситуации. Для защиты окружающей среды делается очень многое. Так что вопрос на самом деле должен быть сформули-

рован иначе:

Почему, несмотря на прилагаемые усилия, нам не удается изменить ситуацию?

Причина в том, что, наши действия не всегда логичны и обоснованны, а также в том, что их результат порой противоречит нашим ожиданиям.

В этой книге мы постараемся ответить на вопрос, почему эффект от затраченных усилий пока столь незначителен и как психология может помочь в борьбе с экологической угрозой. Вы поймете, почему выбранные стратегии оказались недостаточно действенными, и познакомитесь с инструментарием климатической психологии, с помощью которого мы вместе сможем оптимизировать работу по охране окружающей среды. Узнаете также, какие изменения в жизни каждого отдельного человека являются необходимой предпосылкой устойчивого развития. Возможно, удивитесь, что это совсем не те изменения, к которым обычно призывают экологи...

О нас и о климатической психологии

Мы, авторы этой книги (Фрида, Ката и Кали), много лет проработали в сфере охраны окружающей среды, прежде чем наконец встретились и организовали агентство «Климатические психологи» (Klimatpsykologerna). Это произошло за несколько месяцев до аномально жаркого лета 2018 года, которое обострило имеющиеся противоречия и поставило ребром вопрос о влиянии деятельности человека на окружающую среду. Почему мы притворяемся, будто не замечаем угрозу «цунами»? Какой выход находит наша боязнь экологических катастроф? Как мы реагируем на климатические катаклизмы? Надо ли стыдиться того, что летаешь на самолете? Как влияют на детей наши опасения и даже страх за будущее планеты?

Журналисты, широкая публика, подписчики в социальных сетях, друзья и родственники спрашивают нас об этом, и мы отвечаем, исходя из своего опыта и результатов последних исследований. Иногда думаем, что неплохо бы обратиться за помощью к кому-нибудь, имеющему, например, двадцатилетний опыт работы с проблемами изменения климата и поведения. Но дело в том, что климатическая психология еще очень молода. Безусловно, у нас есть коллеги, давно работающие в сфере экологии. Исследования этих проблем ведутся уже не одно десятилетие. Но потребность в климати-

ческой психологии назрела совсем недавно, когда перед нами вдруг предстал призрак будущего, которое нам совсем не понравилось: запах гари, вынужденный убой скота, бесплодная засушливая земля...

Итак, то аномально жаркое лето разбудило Швецию. Неожиданно климатическая психология стала такой же реальностью, как лесные пожары и снегопад в середине июня, и для того, чтобы привести ее в соответствие с потребностями сегодняшнего дня, нам потребовалось объединить компетенцию и опыт. Изучение экологии человека, психологии менеджмента, знание принципов пермакультуры и опыт участия в экологических акциях и семинарах... Пришлось прочитать горы научных статей, порой невыносимо скучных! Мы думали, спорили, рассматривали разные варианты, пытаясь вдохнуть жизнь в климатическую психологию, сделать ее актуальной и отвечающей нуждам современности. Благодаря лекциям, консультациям и беседам с активистами, подвизающимися на ниве экологии, мало-помалу пришло понимание того, что именно климатическая психология может дать людям в наши дни.

Однако жизнь не дает возможности останавливаться и почитать на лаврах. Ситуация с климатом постоянно меняется, уследить за ней так же трудно, как за обезьяной в джунглях. То, что считалось достоверным вчера, может уже сегодня утратить актуальность. В экосистеме происходят изменения, и не всегда удастся просчитать последствия наше-

го воздействия на климат. Каждый день поступает новая информация о положении дел на нашей планете и о том, как на происходящее реагируют люди.

Работая с вопросами защиты окружающей среды, никогда нельзя со стопроцентной уверенностью сказать: «Делайте так, и все будет хорошо!» Но можно постараться замедлить глобальное потепление и научить население бороться с последствиями климатического кризиса. От ошибок никто не застрахован, просто нужно стремиться к тому, чтобы их не повторять. Глубина знаний и системность действий позволят нам не наступать дважды на одни и те же грабли.

Начиная работу в сфере климатической психологии, мы надеялись на поддержку и понимание окружающих. Однако все оказалось гораздо сложнее. Иногда публика реагирует на нас так, будто мы говорим не о климате, а о смертельной угрозе и напоминаем людям обо всех их смертных грехах. Многие видят в нас едва ли не врагов рода человеческого. Вполне закономерно. Достаточно вспомнить, сколько сил и энергии ушло на то, чтобы приучить людей к господствующему ныне стилю жизни. Западная цивилизация выросла с мыслью о том, что мир лежит у ее ног, так что можно делать все что угодно: ехать за тридевять земель, выбирать профессию по своему желанию, усердно трудиться и получать за это комфорт и удовольствие, копить деньги в фондах и банках... И вот теперь мы оказались лицом к лицу с кризисом, который сами же и создали. Принять это больно и стыдно.

Суть проблемы ясна, однако мы делаем все возможное, чтобы этот трудный вопрос выглядел менее болезненным и пугающим и стал более понятным и решаемым.

Не только климат

Организации по защите окружающей среды часто напоминают нам о том, что экологический кризис связан не только с проблемами климата. Мы знаем об этом. Климат – это далеко не самая существенная часть экологического кризиса, если посмотреть на границы планетарной безопасности, которые были сформулированы Стокгольмским центром устойчивости (Stockholm Resilience Centre).

Верхние строчки в топ-листе проблем занимает нерациональное природопользование, циклы азота и фосфора и массовое вымирание растений и животных, уже шестое по счету.

Почему мы называем себя климатическими, а не экологическими психологами? Это вопрос терминологии. Психология среды – это достаточно давняя сфера исследований, где изучается взаимодействие человека и окружающей среды. Как влияет шум на результаты экзаменов, почему мы переходим улицу на красный свет? И так далее. Другая близкая дисциплина – экопсихология – занимается чувственными и поведенческими аспектами взаимоотношений человека и природы.

Мы могли бы назвать себя экосистемными психологами. Но тогда наверняка нашлись бы желающие выдвинуть воз-

ражения против этой формулировки. Дело в том, что страдают не только экосистемы. От состояния экологии на нашей планете зависит все: продукты, которые мы едим, школы, в которых учатся наши дети, лекарства, которые назначают нам врачи. В мире, где разрушены экосистемы, люди десятками тысяч снимаются с насиженных мест и бегут, спасая свою жизнь; ресурсы истощаются, за них идет борьба, возникают вооруженные конфликты. Все это влияет на образование, юриспруденцию, политику. И чем быстрее мы научимся справляться с климатическими проблемами, тем эффективнее сможем действовать в целях предотвращения коллапса в каждой из названных сфер.

В этой книге пойдет речь именно о практической психологии. Она пригодится любому человеку, независимо от его профессии. Ищете ли вы новые источники энергии, спасаете ли пчел от вымирания, занимаетесь ли политикой, работаете ли юристом или просто чувствуете ответственность за планету, на которой живете, – эта книга для вас.

Климатический кризис углубляется. Положение дел таково, что нам необходимо сплотить свои ряды. Кризис касается всех. Многие это понимают. И отдают уйму сил и времени тому, чтобы повернуть ситуацию вспять – своим трудом, образом жизни или энтузиазмом. Однако отрицательное влияние не уменьшается. Как так получается?

Серьезная проблема

Всех, кто когда-либо работал с вопросами климата, был вовлечен в их решение или каким-то иным образом занимался проблемами экологии, очень беспокоит тот факт, что вредные выбросы не уменьшаются несмотря на усилия многих организаций и правительств. Если подумать о том, какова причина климатических изменений, то суть происходящего можно сформулировать просто: деятельность людей приводит к тому, что в атмосфере планеты увеличивается концентрация парниковых газов, что ведет к глобальному потеплению. Его результатом является разрушение экосистем и погодные катаклизмы. Исследователи окружающей среды уже не одно десятилетие говорят об этом. Тысячи ученых и активистов-экологов кричат об этом, стараясь привлечь внимание политиков и широкой общественности.

Но люди продолжают жить по-старому. Почему?

Если в 2018 году глобальный выброс углекислого газа увеличился почти на три процента, значит, все правительства, власти, НПО, ООН и Всемирный банк не справились с задачей приостановки роста и постепенного снижения выбросов. Отчасти это связано с тем, что наше общество уже не первый век находится в зависимости от ископаемого топлива. А значит, отрасли, занятые его добычей, за это время стали

богатыми и влиятельными. С одной стороны, мы хотим избавиться от ископаемых видов топлива, с другой – по-прежнему зависим от них. Поэтому никто и не торопится выступить против нефтяных компаний.

В 2015 году было заключено Международное соглашение об изменении климата. Этот документ содержит план действий, направленных на сдерживание глобального потепления на уровне, не превышающем полтора-два градуса. Но, по данным Международного валютного фонда, уже после вступления соглашения в силу правительства многих стран продолжали вкладывать деньги в добывающую промышленность (в общей сложности 5,3 триллиона долларов в год).

Это шесть с половиной процентов от всего мирового ВВП. Только представьте, какие огромные средства тратятся на то, чтобы *удешевить* вещества, выбросы которых, по мнению специалистов-экологов, грозят нам катастрофой. И дело не только в том, что деньги выплачиваются добывающей промышленности – колоссальные суммы в последние тридцать лет попадают в карманы тех, кто распространяет лживую информацию о климатическом кризисе. Нью-Йорк подал в суд на одно из крупнейших в мире нефтяных предприятий Exxon Mobil и обвинил его в том, что оно вводит своих акционеров в заблуждение по поводу опасностей климатического кризиса.

Почему принимаются все эти решения и какие политические игры ведутся за закрытыми дверями, предоставим вы-

яснять дотошным журналистам. Но чтобы понять суть климатического кризиса, надо задуматься, каким экономическим силам выгодно, чтобы мы продолжали использовать уголь, нефть и природный газ, слушая противоречивые мнения об опасности климатической угрозы и не зная, что думать и как на все это реагировать. Кроме того, надо учесть, что половина выбросов углекислого газа приходится на долю всего десяти процентов населения планеты. Причем для тех, кто производит эти выбросы, их воздействие остается почему-то незамеченным, зато доставляет проблемы другим, порой достаточно серьезные. Таким образом, мы имеем дело с кризисом, имеющим мощную финансовую, политическую и информационную поддержку со стороны сил, которые производят эмиссию парниковых газов, однако сами от нее пока не страдают. Но есть и другая проблема, корни которой уходят в человеческую психологию.

Гэп результативности

Куда бы мы ни поехали – повсюду встречаем людей, обеспокоенных судьбой нашей планеты. Они предпочитают действовать, а не просто мечтать и болтать, сидя на берегу в ожидании, пока на них обрушится «цунами». Опросы общественного мнения регулярно свидетельствуют о том, что граждан, выступающих *против* охраны окружающей среды, крайне мало, не более двух – четырех процентов. Даже те, кто утверждает, что климатического кризиса нет, могут делать хоть что-нибудь на благо окружающей среды, когда дело не касается выбросов углекислого газа в атмосферу. В 2018 году в Швеции снизилось на несколько процентов потребление мяса и количество перелетов на внутренних рейсах, в 2019-м эта цифра уменьшилась на два процента для международных перелетов и на одиннадцать – для внутренних. Это значит, что люди стараются уменьшить свой углеродный след. Мы отказались от пластиковых пакетов, покупаем экологичные продукты и электромобили, сдаем банки и бутылки. Однако, несмотря на все приложенные усилия, выбросы углекислого газа остаются на прежнем уровне. Вот в чем проблема. Очень серьезная проблема.

Похоже, что между нашим поведением и тем влиянием, которое оно оказывает на климат, есть какая-то нестыковка. Исследователь Мария Чутора (Maria Csutora) изучила это

явление и назвала его *the behavior impact gap*, сокращенно *the BIG problem*. Мы именуем это *гэпом результативности*. Исследователи и активисты в последние десятилетия так сосредоточились на поведении человека, что напрочь забыли думать о его долгосрочных результатах. С 1988 года до сегодняшнего дня нас учили и учат, что нужно гасить свет, выключать воду, использовать многоразовые сумки и ездить на поезде. Поэтому многие полагают, что основная обязанность по отношению к природе и к ближним – это покупать правильные продукты и сортировать отходы после того, как эти продукты будут употреблены в пищу.

Мария Чутора провела эксперимент. Разделила испытуемых на три группы. В первую попали люди, которые регулярно предпринимают что-то полезное для сохранения экологии, во вторую – те, кто делает это время от времени, а в третьей оказались совершенно безынициативные в вопросе спасения окружающей среды. Первая группа получила название «зеленые потребители», третья – «коричневые потребители». Вторая группа в расчет не принималась. Исходное предположение: у «зеленых потребителей» углеродный след должен быть значительно меньше, чем у «коричневых». Результаты удивили исследователя: оказалось, что в обеих группах цифры примерно одинаковые. Удивились и «зеленые потребители», которые считали, что делают достаточно для улучшения экологии на планете. Как объяснить такие данные?

Опыт доказал, что для измерения углеродного следа необ-

ходимо принимать во внимание очень много факторов. Без учета деталей этот процесс напоминает действия врача, который, наблюдая пациента с раком кожи, рассматривает в увеличительное стекло два-три произвольно выбранных места и на этом основании делает вывод, что все в порядке. Если не знать, насколько тщательно должен проводиться осмотр, можно не догадаться, что доктор халтурит. Руководителю исследования все это было известно, и она решила провести свой эксперимент именно для того, чтобы доказать: для получения точных данных необходимо иметь максимум информации и учитывать большое количество деталей.

Много маленьких поступков, направленных на сохранение окружающей среды, в сумме создают впечатление серьезной работы. Каждое из них – отдельный вклад в дело защиты нашей планеты. Отнес утром картон на переработку – очко в твою пользу! Поехал на общественном транспорте – еще очко! За неделю их можно набрать сотни. И нам кажется: вот молодцы, боремся с загрязнением окружающей среды. Но забываем, что один (казалось бы, такой безобидный!) авиаперелет вычитает у нас тысячи очков.

Вот и наши «зеленые потребители» время от времени совершали действия, которые сводили на нет их каждодневные усилия. Например, каждый день ездили на работу общественным транспортом, а потом летели в отпуск на самолете или покупали много одежды, хоть и с экомаркировкой.

Среди «коричневых потребителей» были в основном люди с низким достатком. Они ничего не делали для спасения окружающей среды, но при этом не летали на самолете и не покупали одежду (просто за неимением свободных денег). Можно сказать, что отсутствие средств не позволяло им истощать природные ресурсы. Эксперимент продемонстрировал нам гэнп результативности. Люди, которые из всех сил стараются жить правильно и чувствуют себя настоящими борцами за экологию, в действительности ни на йоту не способствуют уменьшению выбросов углекислого газа. То, что *кажется* экологичным, и то, что на самом деле *помогает* уменьшению эмиссии, – две принципиально разные вещи. Неужели повседневные дела вообще ни на что не влияют?

Нами управляет интуиция

Все наши поступки оставляют какой-то след. Надо стараться менять образ жизни и, когда мы что-то делаем, думать об экологии. Но при этом понимать, какой эффект могут возыметь наши действия. Люди способны на многое. Изобретать что-то новое, создавать произведения искусства и писать музыку, помогать друг другу, печь хлеб и торты... Но вот оценивать, насколько наши действия экологичны, мы, к сожалению, не умеем. Поэтому чаще всего опираемся на интуицию.

На практике то, как человек представляет свой вклад в защиту окружающей среды, характеризует степень его забо-

ты о ней, а отнюдь не то, что он реально делает. Иными словами, чем острее наше восприятие проблем экологии, тем больше нам кажется, что мы для нее много делаем. Это не значит, что мы лжем сами себе, переоценивая свой вклад в защиту природы. «Зеленые потребители» много чего принимают для защиты окружающей среды, и она является важной частью их образа жизни. Однако за деталями сложно увидеть целое и удержаться от ошибочных шагов. Кроме того, обсуждая необходимые меры для решения экологического кризиса, надо также говорить о степени эффективности каждого из этих шагов. Задача для специалистов, а не для отдельных граждан.

Гэп результативности в глобальных масштабах

Не только отдельные люди, но и политики и организации на локальном и международном уровне склонны фокусировать внимание на деталях и методах, имеющих невысокую результативность. Они принимают решения и меры, эффективность которых не слишком высока, а важные вопросы оставляют без внимания. Такой половинчатой мерой является, например, решение Европейского союза (ЕС) отказаться от пластиковых трубочек и пакетов. Исследователи изучили так называемое Большое тихоокеанское мусорное пятно, которое занимает площадь $1,6$ миллиона км^2 и находится между Калифорнией и Гавайями, и выяснили, что 46 процентов пластиковых отходов составляют остатки старых рыбо-

ловных сетей. А на пластиковые трубочки приходится лишь десятые доли процента.

«Важно начать», – говорят оптимисты. Да, безусловно. Но что будет, если политики продолжат фокусировать свое внимание на малозначительных вещах, хотя имеют полномочия для совершения кардинальных изменений?

Долговременное и сильное воздействие

Климатические проблемы необычайно многогранны и проявляются в различных сферах общественной жизни. Однако никто из нас, даже влиятельные политики, не могут одновременно думать и беспокоиться о бесчисленном множестве разноплановых явлений. И то, что они выбирают в качестве приоритетов, влияет на нас, обычных граждан. Поэтому власть имущие и организации, занимающиеся проблемами окружающей среды, должны предвидеть результаты своих действий и их восприятие широкой публикой.

Нам следует научиться абстрагироваться от деталей. Вместо того чтобы педалировать важность отдельных вопросов, может быть, имеет смысл на время отвлечься от их решения. Посмотреть на проблему в целом. И откроется совсем другая картина. Главный посыл этой книги: давайте привыкать оценивать проблемы климата глобально. Намерения и чувства – это хорошо, но не всегда достоверно. Ради будущего Земли нам нужно научиться предвидеть эффективность *каждого* этапа и *каждого* проекта. Уметь соотнести вред авиапере-

лета и картонной коробки, рыболовной сети и пластиковой трубочки для коктейля. Нужно постоянно думать о том, где наши действия могут дать больший результат. Приобрести такие навыки вам поможет эта книга.

Мы хотим построить общество, объединенное общей целью: сохранить планету для будущих поколений. Что бы мы ни делали, думать необходимо именно об этом. Тем более что у особенно эффективных действий результат зачастую долговременный.

Обычно исследователи стремятся выявить, что именно в нашей повседневной жизни ведет к увеличению выброса углекислого газа. И чего в связи с этим следует избегать. Здесь можно говорить об употреблении в пищу мяса, покупке все новых и новых гаджетов... Стоит поощрять, например, поездки на работу и за город общественным транспортом. Есть также общепринятое представление о мерах технического и социального характера, которые ведут к уменьшению эмиссии углекислого газа в атмосферу. Общим для всех этих мер является принципиальная измеримость их результата. Между действием и его результатом есть прямая связь, мы можем сразу увидеть количество произведенного углекислого газа и просчитать, какому выбросу соответствует один авиаперелет или какой эффект даст замена всех холодильных агрегатов на более экономичные варианты. Все это, безусловно, важно, но кое-чего не хватает.

В какой-то момент у людей сложилось мнение, что изме-

нить климат к лучшему можно только путем определенных перемен в своем образе жизни и привычках. Но это не так. Дом и потребление – это не единственные сферы нашей деятельности. Есть еще политика, журналистика и многое другое. Написание дискуссионных статей, проведение забастовок, обсуждение вопросов климата, выбор вегетарианских блюд для участников конференции, ужесточение наказаний за загрязнение окружающей среды – все это действия, имеющие определенный результат.

Многим из нас нужно уменьшить свой углеродный след. Но не надо заикливаться на конкретных мерах. Тот, кто слишком сильно углубляется в детали, теряет из виду целое и те вопросы, решение которых – по отдельности или в сочетании с другими – может коренным образом изменить ситуацию. Нам необходимо не только предотвратить катастрофу и уменьшить выбросы. Надо переломить ситуацию к лучшему и начать созидать новое.

Коренное изменение

О проблемах климата я начала задумываться во время первой беременности. На протяжении пятнадцати недель чувствовала себя очень плохо. По дороге на работу приступы тошноты вынуждали меня останавливаться у одного и того же мусорного бака. На работе тоже время от времени приходилось выбегать в туалет – желудок отказывался переваривать пищу. Я не могла даже близко подходить к продуктовым магазинам – рвоту могли спровоцировать любые продукты, кроме картошки фри. От всего этого я ужасно устала. Но все равно продолжала работать и танцевать, поскольку нужно было держать себя в форме. Все остальное время я просто лежала на диване. Чем занималась? Читала о климатическом кризисе. О таянии ледников, о загрязнении Мирового океана, массовой гибели пчел, вырубке тропических лесов, огромном количестве пищевых отходов, химизации земледелия и густой транспортной сети. Чего только там не было! Я поняла, что дела наши плохи, но еще не была готова осознать всю глубину этой проблемы. По мере того как ребенок рос у меня в животе, я все чаще задумывалась о том, что быть ответственным родителем – это значит заботиться о планете, на которой нашим детям предстоит жить. Но еще не знала, как это выглядит на практике.

Время шло, токсикоз закончился, малыш появился на

свет, наполнив мою жизнь хлопотами и радостью. Каждую свободную минуту я тратила на то, чтобы больше узнать о семейных фермах, безотходном использовании продуктов питания, марлевых подгузниках, искала в интернете бывшую в употреблении одежду, не покупала товары, изготовленные из пластика. И читала про то, что выбросы углекислого газа в атмосферу растут. Выйдя на работу, я вместе с несколькими коллегами занялась вопросами сокращения бытовых отходов нашего предприятия, сортировкой мусора и покупкой билетов на поезд вместо самолета. Выбросы продолжали увеличиваться. Я сменила банк и стала клиентом другого, который поддерживал проекты устойчивого развития. Отсылала деньги в Гринпис и время от времени посещала их собрания. Выбросы росли. Мы организовали группу психологов, я вошла в ее состав и критиковала меры, которые предпринимались для сохранения климата. Выбросы все увеличивались. Моя дочь пошла в подготовительный класс, и мы, родители, сделали все возможное, чтобы в начальной школе готовили вегетарианские блюда и не использовали пластик. Выбросы росли. Я стала веганом, продала машину, купила электровелосипед, вместе с Фридой и Кали основала предприятие «Климатические психологи», начала преподавать и работать в сфере экологии.

Прошло семь лет со времени той беременности. Моя дочь знает, что такое атмосфера, может перечислить по меньшей мере восемь причин увеличения выбросов углекислого газа,

на стене у нее висит фото Греты Тунберг. Я продолжаю читать о том, что выбросы растут, но мы так и не придумали, что с этим делать, а из-за климатических изменений в мире прогрессируют бедность и неравенство.

Kama

«Злая проблема»

В 1973 году Хорст Риттель (Horst Rittel) и Мелвин Веббер (Melvin Webber) ввели в употребление термин wicked problem¹, которым обозначили многоплановые проблемы, не имеющие однозначного решения. Ниже мы приведем некоторые признаки таких «злых проблем».

- Трудность или невозможность выделения критериев для характеристики этих проблем. В зависимости от человека, группы, организации и места они могут проявляться по-разному.

- Отсутствие однозначного решения и сложность оценки действий, предпринимаемых для решения таких проблем; комплексный характер и наличие целого ряда смежных задач, причем решение каждой из них по отдельности может лишь усугубить остальные.

- Невозможность окончательно решить проблему, возможность лишь в той или иной степени изменить ситуацию к лучшему.

- Отсутствие четкого алгоритма решения проблемы и возможности опираться на какие-либо примеры, поскольку проблема не имеет аналогов в прошлом.

¹ Wicked problem в буквальном смысле означает «злая проблема». Социальная или культурная проблема, которую трудно решить из-за ее сложности и противоречивости. – Прим. пер.

- Широкий охват и многоаспектность, что определяет вовлеченность в решение проблемы различных сфер и организаций (например, политика, юриспруденция, естественные науки, психология).

Разница между простой, сложной и комплексной проблемами

Чтобы лучше понять, что имели в виду Риттель и Веббер, нужно разобраться, чем отличаются друг от друга простые, сложные и комплексные проблемы.

Простую проблему можно решить, используя уже имеющиеся знания. Результат этого решения будет предсказуем. Пример: выпечка пирога. Опыт позволит добиться максимально хорошего результата, но для того, чтобы справиться с задачей, не нужно быть экспертом. Наличие хорошего рецепта – залог успеха.

Сложная проблема – это совсем другое дело. Возьмем, к примеру, полет на Луну. Как и в описанной выше ситуации, здесь нам понадобится «рецепт» – математический расчет, которому мы должны в точности следовать. Причем с каждым повторением шансы на успех будут повышаться, так как все космические корабли построены по одной схеме. Однако для успешной работы нам нужны эксперты в разных областях.

Комплексные проблемы разительно отличаются от простых и сложных. Например, поговорим о воспитании детей.

У нас есть руководства и практикумы по педагогике, но их эффективность ограничена. И за результат никогда нельзя ручаться. На то, каким вырастет ребенок, влияют очень многие факторы, причем значительную их часть мы не можем контролировать. Эксперт не всегда справится с задачей лучше, чем неспециалист. Пути решения проблемы зависят от возраста ребенка и постоянно меняются. На некоторые примеры из прошлого не стоит опираться ввиду их неактуальности. И даже если кому-то удастся очень хорошо воспитать одного ребенка, то повторение этих действий может дать отнюдь не такой успешный результат.

Сверхкомплексные проблемы

Далеко не все трудноразрешимые проблемы являются сверхкомплексными. Но многие глобальные социальные проблемы, такие как неравенство, политическая нестабильность, преступность или голод, могут быть определены как сверхкомплексные. Точно так же и проблемы сохранения климата и биологического разнообразия, поскольку они затрагивают многие секторы и сферы общества, можно отнести к сверхкомплексным, наиболее трудноразрешимым.

Говоря о том, что проблема климата является трудноразрешимой, мы вовсе не расписываемся в собственном бессилии, а лишь подчеркиваем, что браться за нее надо со всей возможной ответственностью и серьезностью. Только так удастся понять, какие необходимы действия, чтобы хоть

немного приблизиться к решению этого вопроса. Исходя из теории «злых проблем», можно предположить, что здесь потребуется комплексный подход. Это и сотрудничество, и инновации, и гибкость в принятии решений, и системность. Для уменьшения выбросов углекислого газа следует использовать разные тактики и методы, в зависимости от того, как, где и кем они будут применяться. Все эти меры надо оценивать с точки зрения их эффективности и влияния на наше поведение.

Карта

Иногда говорят, что для того, чтобы чего-то захотеть, надо сначала это увидеть. Находясь в эпицентре какого-то процесса, трудно представить себе, что жизнь может быть устроена иначе. Однако именно это нам и предстоит сделать сейчас. Вообразить другой мир и поверить в то, что он возможен. Сказать это легче, чем сделать. И все же...

Иногда кажется, будто общество устойчивого развития является для экологов чем-то вроде святого Грааля. Они стремятся к нему, но не знают, где его найти. И только примерно представляют, где следует искать. Да, идей и предложений достаточно, но они тянут нас в разные стороны и базируются на огромном количестве сценариев – один невероятнее другого. Поверить в них сложно, а значит, трудно и осуществить. Кто пойдет за проводником, который размахивает руками, бурчит что-то себе под нос и постоянно меняет направление: вроде нам сюда, а может, туда? Причина таких противоречивых действий в том, что мы имеем дело с типичной «злой проблемой». Никто не знает, что ждет впереди, и нам придется еще не раз менять курс по мере продвижения вперед. Карты нет, но можно попытаться создать хотя бы схематичный набросок, понимая, что его еще не раз придется подправлять. И это важно начать делать уже сегодня.

Мотивировать нас к началу действий должно понимание

простой истины: прекрасный ландшафт, наблюдаемый нами сейчас, в скором времени может сгореть или стать добычей монстров и хищников. В этом нет никаких сомнений. Если обратиться к терминологии американских военных, то мы увидим, что климатический кризис – это *threat multiplier*², то есть угроза, которая усиливает остальные угрозы. С углублением климатического кризиса усугубляются проблемы, так сказать, идущие у него в кильватере. Пассивность в такой ситуации равнозначна гибели. Чтобы выжить, надо начинать двигаться, и пусть вас не пугает отсутствие подробной карты.

Начать движение

«С точки зрения законов химии и физики ограничение потепления на уровне 1,5 градуса возможно. Но чтобы это сделать, нужно осуществить абсолютно беспрецедентные изменения», – писал по поводу последнего отчета о проблемах климата Джим Скиа (Jim Skea), член бюро Межправительственной группы экспертов по изменению климата (МГЭИК). А его коллега Дебра Робертс (Debra Roberts) добавила: «Ближайшие годы, судя по всему, станут самыми важными в истории человечества».

Нам следует проникнуться серьезностью проблем, причем не только на словах, но и на деле. Надо решиться произвести в нашей жизни перемены и взять на себя ответственность за осуществление этих беспрецедентных изменений.

² Threat multiplier (англ.) – мультипликатор угроз. – Прим пер.

Да, начинать нелегко. Не ищите оправдания своей нерешительности: «Мы не знаем, с чего начать, у нас не хватает времени...» Пройдет всего несколько лет, и они будут восприниматься как дурной тон. Приступать нужно уже сейчас. Но как привести в движение огромные массы людей? Как сделать так, чтобы изменения действительно стали кардинальными, а не локальными?

Мы предлагаем вам определенные инструменты для изменения поведения.

Инструментарий для изменения поведения

Очень часто комплексные проблемы пытаются решить весьма примитивно. Например, говорят: «Питайтесь правильно – и вы спасете себя и нашу планету». Или публикуют «Пять советов тому, кто хочет внести свой вклад в сохранение климата на земле». Было бы, конечно, хорошо, если бы все сработало. Тогда, последовав пяти советам, мы могли бы снова окунуться в спокойное и стабильное существование. Но все гораздо серьезнее. К сожалению, климатические изменения – это одна из наиболее сложных проблем, с которыми когда-либо сталкивалось человечество, так что ни трех, ни пяти советов недостаточно, чтобы с ней справиться.

Все, что предпринимается для сокращения выбросов или подготовки людей к климатическим изменениям, в той или иной мере направлено на сохранение климата. Например, политика устойчивого развития на рабочих местах, информационные кампании с целью экономии энергии, образовательные программы для школьников, строительство водопровода в сельской местности, курсы по пермакультуре и программы высадки зеленых насаждений, внедрение солнечных батарей – все это меры по сохранению климата. Большинство из них были бы более эффективны, если бы те,

кто занимается их реализацией, учитывали данные психологии о формировании и закреплении поведения человека.

Изменить поведение ради устойчивого развития

Эта книга не только объяснит читателям, почему люди не поступают так, как должны, но и вооружит знанием о том, как надо действовать для достижения устойчивого результата. Оно пригодится вам независимо от того, кто вы – профессиональный эколог или волонтер, политик или начальник предприятия, а может, просто читаете эту книгу как человек, которому небезразлична судьба нашей планеты, или как родитель, беспокоящийся за будущее своих детей.

Мы не будем говорить о том, как нужно беречь лес или покупать экологичные стройматериалы. Климатическая психология учит принимать максимально эффективные решения независимо от занимаемой нами в обществе позиции.

Говоря о необходимости внесения изменений в свой образ жизни ради поддержания устойчивого развития, мы имеем в виду сокращение одних видов деятельности при одновременном увеличении удельного веса других. Нам необходимо не только добиться сокращения выбросов, но и научиться по-новому организовывать свою повседневность. Проще говоря, надо одни свои действия прекратить, а другим научиться.

Что подразумевают изменения?

- Отказ от моделей поведения, сопровождающихся боль-

шим количеством выбросов (например, езда на легковом автомобиле, добыча угля, покупка лишних вещей).

- Выбор действий, направленных на поддержание политики использования возобновляемых энергоресурсов (например, обращение к властям с целью принятия ими правильных решений, беседы с членами семьи и друзьями о климатическом кризисе и его влиянии на жизнь человечества в целом).

- Акцент на деятельности, способствующей изменению психологии людей, формированию у них уважительного отношения к природе и животному миру (например, выращивание овощей и фруктов для собственных нужд и обучение основным правилам пребывания на природе).

- Принятие решения поступать так, чтобы был очевиден отказ от ископаемых источников энергии (например, участие в движении по охране окружающей среды, в экологических забастовках, формирование общественного мнения).

- Концентрация внимания на действиях, позволяющих приспособить психологию людей, политическую систему, технологии и инфраструктуру к последствиям климатического кризиса (например, изменение образа жизни, переустройство рабочих мест и домохозяйств, поддержка законов, защищающих экосистему).

Выбор моделей поведения, которые могут стать образцом для подражания и способствовать пропаганде устойчивого развития (например, езда на общественном транспорте, сов-

местное пользование вещами и услугами, устройство приусадебных участков в городах, проверка статистики выбросов своей организации, сокращение рабочего времени).

Что такое поведение?

Вопрос кажется простым, но мы знаем, что ответить на него трудно. Ниже приводятся примеры категорий, с которыми чаще всего путают поведение.

Поведение = все, что человек делает и говорит.

Качество = описание, согласно которому люди делятся на два типа. К первому относятся те, кто имеет это качество, ко второму – те, у кого его нет.

«Неповедение» = отрицание, суть которого в том, что мы чего-то не должны/не хотим/не обязаны делать. Никак не характеризует наши реальные действия.

Отношение = позиция человека. Когда она выражается в словах или делах, то становится поведением.

Под желательным поведением понимается такое, которое следует поощрять, к нему мы стремимся. Нежелательное поведение – то, которого лучше избегать. Далее в книге мы постараемся показать, как можно работать над формированием желательного поведения и побуждать окружающих делать то, что способствует устойчивому развитию.

Выбор приоритетов

Борьба с проблемами климата предполагает изменение поведения, причем такое, чтобы результаты были ощутимы и дали быстрый результат. Определить, в каком направлении двигаться, помогут ответы на приведенные ниже вопросы.

Что из того, что мы можем сделать, обеспечит оптимальный результат?

Как построить свою деятельность так, чтобы эффект был максимально возможным?

Для ответа на первый вопрос надо научиться оценивать результативность своего поведения. Нужен инструмент, который позволит нам анализировать свои действия с точки зрения целого и выбирать те, которые действительно являются самыми важными. Для большей наглядности мы разработали модель под названием «стрела влияния», она будет представлена ниже.

Увеличение эффективности

Поняв, какое поведение следует предпочесть, мы идем дальше и решаем следующую задачу: пытаемся понять, как сделать так, чтобы эффект от этого поведения был максимально возможным.

Для ответа на второй вопрос нам понадобится более широкий арсенал инструментов, об этом поговорим чуть позже. Но независимо от того, что мы собираемся делать, нужно определить направление движения и поставить себе цель. Решить, кто является нашей целевой группой, а затем, в за-

висимости от этого и поставленных целей, выбрать подходящие методы, которые помогут нам способствовать формированию желаемого поведения у как можно большего числа людей. Чтобы быть уверенным, что действия эффективны, надо контролировать себя, измерять и оценивать результат. И конечно, очень важно работать вместе, поддерживать друг друга, делиться идеями и навыками, совместно обсуждать вопросы изменения климата и меры по его предотвращению.

Но начнем мы этот разговор с азов. С разоблачения одного из самых распространенных мифов, касающихся противодействия климатическому кризису, а именно – мифа о том, что можно обойтись малыми мерами.

Малые меры

Каждый год в конце зимы, когда солнышко согревает расположенный неподалеку от моего дома большой заросший травой участок земли, на меня нападает непреодолимое желание что-то вырастить. Мне хочется уехать в деревню, посадить картошку, самой обеспечивать себя едой и разорвать наконец порочный круг зависимости от фур, которые доставляют мне продукты (как в больнице через капельницу вводят питание прямо в кровь пациенту, лежащему в коме). С каждым годом я чуть-чуть приближаюсь к своей мечте, хотя и очень медленно. Наиболее сильным притяжение земли становится тогда, когда деревья облачаются в листву нереально яркого зеленого цвета. На залитой солнцем кухне я принимаюсь высаживать семена в пакеты из-под овсяного молока. Поливаю их и замираю в ожидании. Представляю себе, что мой ящик на окне – это модель настоящего сада.

Затем наступает лето, и с ним приходит отпуск – время, свободное от работы и обязательств. Тут уж я действительно бегу прочь из города. Отправляюсь куда-нибудь с рюкзаком и палаткой, а домой возвращаюсь лишь изредка, чтобы полить мои бедные растения. С приходом разноцветной осени меня ждет скромный урожай: горсточка помидоров черри, выросших на балконе, небольшая тыковка и, если очень повезет, с десятков картофелин, которые моя семья съест за

один присест. Но радость от результата несравнимо выше. Я улыбаюсь моим овощам и говорю себе: «Я вырастила их из семян!»

Впрочем, если быть до конца честной, мне очень хотелось бы так сказать. На самом деле осенью я расстраиваюсь, взирая на жалкое воплощение своих весенних мечтаний. И задаю себе неизменный вопрос: почему так вышло? Почему я не занялась огородничеством всерьез? Почему не купила участок земли, на котором можно учиться и делать ошибки, пока еще такая возможность есть? Не исключено, что через несколько лет умение вырастить для себя продукты первой необходимости станет вопросом жизни и смерти. Малыми мерами, такими как рассада на балконе, не решить проблему, однако я понимаю это только тогда, когда держу в руках жалкий результат своих усилий. Но менять что-либо уже поздно, наступают заморозки. Хорошо, что впереди следующая весна, чтобы все изменить. Или снова начать себя обманывать...

Кали

Инвестиции в неустойчивое развитие

Огромное количество людей тратят силы и время на то, чтобы улучшить свой статус и обзавестись новой собственностью. Приобретают недвижимость, открывают накопительный счет для поездок в экзотические страны, развлекают себя покупкой модных марок одежды или мебели. Возможно, они владеют фирмой, в которой регулярно обновля-

ют IT-оборудование, а в свободное время занимаются благотворительностью – организуют авиатуры для школьников из Уганды.

Проходит время, и оказывается, что всё, что они делают, – совсем не полезно, а напротив, очень вредно для экосистемы, хотя всю свою жизнь эти люди слышали от окружающих слова восхищения и одобрения. И вдруг выясняется, что человек многие годы разрушал жизнь собственных детей, свое будущее и нашу цивилизацию. Осознать это трудно. Как расстаться с тем, на что потратил столько времени и сил? Как поверить в то, что твои достижения не являются поводом для гордости? Как смириться с мыслью, что ошибся, когда выбирал объекты для инвестиций? Самое простое в этой ситуации – надеяться, что можно спастись с помощью небольших частных изменений и новых технологий.

Невозвратные затраты

Было ли у вас когда-нибудь такое, что вы очень долго мечтали почитать ту или иную книгу? Возможно, даже откладывали ее до выходного дня, чтобы иметь возможность полностью погрузиться в повествование. А потом начали ее читать, но вскоре поняли, что она совсем не так хороша, как вы надеялись. Скудна и плохо написана. Что вы сделаете – бросите чтение или продолжите читать в надежде, что дальше будет лучше? Если выберете второе, то станете одним из многих людей, которые читают скучные книги, смотрят тоскливые фильмы и сохраняют изжившие себя отношения даже после того, как поняли, что они бесперспективны.

Это явление по-английски именуется *sunk cost fallacy* (буквально означает «утопленные затраты») – так называемые *невозвратные затраты/издержки*, если по-русски.

В соответствии с классической экономической теорией, прежние инвестиции не должны влиять на наши решения, принимаемые на основании информации, имеющейся в нашем распоряжении в текущий момент времени. А как же быть со своими чувствами и мнением окружающих? Если бы классическая теория работала, мы бы не стремились дочитать до конца книги, которые считаем скучными. Поменяли бы работу и расстались с партнером, осознав, что он стал нам

неинтересен. На деле же получается иначе: нам жалко времени, денег и усилий, которые были на что-то или кого-то затрачены. Тот, кто потратил время на чтение книги или просмотр фильма, который к тому же понравился его окружению, вряд ли уйдет из кинотеатра, не узнав, чем закончилась картина.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.