Dosentti Panu Pihkalan lausunto 9.6.2021

Asia: VNS 3/2020 vp Valtioneuvoston selonteko kestävän kehityksen globaalista toimintaohjelmasta Agenda2030:sta Kohti hiilineutraalia hyvinvointiyhteiskuntaa

Teema: Kestävyysmurroksen arki, kuuleminen 11.6.2021

Kestävyysmurroksen arki ja tunteet

Erilaiset psykologiset ja sosiaaliset tekijät vaikuttavat arjen kestävyysmurrokseen. Näitä tekijöitä tarkasteleva psykososiaalinen tutkimus on kansainvälisesti nousussa oleva monitieteellinen tutkimusala.[1] Aiheeseen liittyy monimutkaisia kysymyksiä muutoksista, motivaatiosta ja päätöksenteosta. Tiivistetysti voidaan sanoa, että ihmiset kaipaavat ulospääsyä syyllisyyden tunteista ja toivovat sosiaalisen hyväksynnän kokemusta.

Lausuntoni tarkastelukulma liittyy tunteisiin ja psykososiaaliseen ympäristötutkimukseen. Valiokunta mainitsee jo kysymyksenasettelussaan monia ympäristötunteita: toivon, osallisuuden ja motivaation tunteet. Lisäksi arjessa keskeisesti vaikuttavia ympäristötunteita ovat esimerkiksi epävarmuus, vastuuntunto, syyllisyys, suuttumus, suru ja riittämättömyyden tunne.[2]

Paljon huomiota herättänyt ympäristöahdistus on laaja ilmiö, johon liittyy monenlaisia tunteita. Ahdistus-sanalla viitataan joskus voimakkaampaan ahdistuneisuuteen, mutta pohjimmiltaan ahdistus (anxiety) on reagoimista sellaisiin uhkiin, joihin liittyy merkittävää epävarmuutta. Ahdistus-tunne eli emootio auttaa ihmistä havaitsemaan, että hänen tulisi jollain tavalla muuttaa käyttäytymistään. Olennaista olisi siis, että ympäristöahdistus kanavoituisi ongelmanratkaisuun ja psyykkisten voimavarojen lisääntymiseen, sen sijaan että se muuttuisi lamauttavaksi tai nostaisi ärtyneitä puolustusreaktioita.[3]

Kestävyysmurroksen edistäminen edellyttää monien erilaisten ympäristötunteiden tiedostamista ja ihmisten tukemista niiden rakentavassa käsittelyssä. Tunteilla on pohjimmiltaan voimavaraluonne: ne sisältävät energiaa ja liikevoimaa.[4] Tällä hetkellä ympäristötunteiden energiat kohdistuvat vain osittain hyviin tarkoitusperiin. Suomessa on kuitenkin onneksi käynnissä monia hyviä kehityskulkuja, joissa kehitetään yhteisöllisiä toimintamalleja ympäristötunteiden rakentavaan kohtaamiseen. Tällaisia ovat esimerkiksi kasvatusalalla ilmenevä kiinnostus ympäristötunteisiin[5] sekä sosiaali- ja terveysalojen hanke Ympäristöahdistuksen mieli[6].

Erityisen merkittäviä ympäristötunteita arjen kestävyysmurroksen kannalta ovat syyllisyys ja ylpeys. Molemmat näistä tunteista sisältävät erilaisia ilmenemismuotoja ja sävyjä. Syyllisyyden taustalla ovat vastuullisuuden tunteet ja halu edistää hyviä asioita. Ylpeys ei tarkoita välttämättä leuhkuutta, vaan tyytyväisyyttä ja mielihyvää siitä, että yksin ja yhdessä on edistetty tärkeitä tarkoitusperiä. Syyllisyyden ja ylpeyden roolia ympäristökäyttäytymisen motivoinnissa on tutkittu kansainvälisesti kasvavassa määrin.[7]

Hyvin monet suomalaiset kokevat vastuuntuntoa ja hyvän tekemisen halua kestävyyskysymyksissä.[8] Monien on kuitenkin vaikea kokea tunnetasolla tyytyväisyyttä toiminnastaan ja sosiaalisen hyväksynnän tunnetta. Tästä asiasta ei liene rakentavaa syyttää ketään yksittäistä tahoa, koska lukuisat eri tekijät vaikuttavat tilanteeseen. Olennaista olisi rakentaa yhteisöllisillä toimilla voimakkaammin sellaista kulttuuria, jossa syyllisyyskysymyksistä voisi puhua turvallisemmin ja jossa niitä voisi käsitellä tekojen kautta. Tarvitaan entistä laajempaa

tietoisuutta siitä, että on monenlaisia toimia ja valintoja, joiden kautta voi kantaa vastuuta kestävyysmurroksen edistämisestä.[9]

Kyselytutkimuksissa ja julkisessa keskustelussa on havaittu, että usein erilaiset ihmiset kokevat, että juuri heitä syyllistetään kestävyyskysymyksissä. Tähän liittyvät jännitteet johtavat monesti sosiaalisiin ristiriitoihin, joiden luonne kestävyysmurroksen tavoitteiden kannalta on kaksinainen. Uusien toimintamallien syntymiseen liittyy väistämättä luovia konflikteja, mutta on ongelmallista jos aggressiot kasvavat liikaa. Etenkin ilmastokeskustelussa esiintyy voimakkaita jännitteitä, jotka kumpuavat sekä muutosten vaikeudesta että niiden kiireellisyydestä (vrt. Agenda 2030:n kestävyystavoite 13). Nopeiden yhteiskunnallisten ja ekologisten muutosten keskellä tunnetaitoja tarvittaisiin entistä enemmän, mutta samalla niiden kehittäminen on haastavaa.[10]

Ympäristötunnetaidot asettuvat osaksi ekososiaalista sivistystä.[11] Näihin taitoihin kuuluvat esimerkiksi seuraavat:
- Kyky tuntea vastuullisuutta ja syyllisyyttä ympäristökäyttäytymisen suhteen sopivassa mittakaavassa. Tämä vaatii riittävää yhteisöllistä ja yhteiskunnallista käsittelyä, jotta yksilöt eivät ole pelkästään oman arvionsa varassa. Tähän nivoutuu myös kyky kokea tervettä ylpeyttä ja tyytyväisyyttä hyvien asioiden edistämisestä.[12]
- Kyky tuntea surua ja haikeutta negatiivisista ympäristömuutoksista tavalla, joka tekee menetyksille oikeutta ja samalla lopulta vapauttaa voimavaroja uudenlaiseen ympäristöön sopeutumiseen. Tämä vaatii yhteisöltä tukea.[13]
- Kyky tuntea rakentavaa suuttumusta epäoikeudenmukaisuuksista, joita ympäristömuutoksiin ja rakennemuutoksiin liittyy. Suuttumuksen kanavoiminen väkivallattomaksi kansalaisvaikuttamiseksi vaatii yhteisöllistä tukea.[14]

Toivo on eräänlainen perimmäinen motivaation lähde. Toivo-sanaa käytetään kuitenkin erilaisissa sävyissä. Sillä voidaan tarkoittaa sekä toiveajattelua että syvää merkityksellisyyttä.[15] Tieto siitä, että mielekkäitä päämääriä on mahdollista saavuttaa, lisää ihmisten toivoa ja motivaatiota.[16] Ympäristökriisi on toivon kannalta haastava asia, sillä siihen liittyvät ongelmat eivät ole helposti ja nopeasti ratkaistavissa. On vaikeaa saada eri tasoilla tunnetta siitä, että ongelmiin on puututtu riittävästi, etenkin kun globaali ja kansallinen ympäristöpolitiikka ei ole toistaiseksi onnistunut riittävän hyvin, kunnianhimosta huolimatta. Toivoa voi kuitenkin kokea myös sen merkityksellisyyden kautta, joka syntyy arjessa tapahtuvasta hyvien asioiden edistämisestä.[17] Optimismin lisäksi vaikuttaakin tärkeältä vahvistaa ihmisten kokemusta kestävyysmurroksen edistämisen merkityksellisyydestä, riippumatta siitä, millainen todennäköisyys onnistumiselle asetetaan. Filosofisesti voidaan perustella, että elämän keskeisten päämäärien suhteen pätevät erilaiset mittarit kuin muissa asioissa. Lukuisat elämän keskeiset päämäärät, kuten lasten kasvattaminen, sisältävät vahvaa epävarmuutta ja avoimuutta tulevaisuuden suhteen. Olennaisimmaksi muodostuu hyvien ja oikeiden asioiden edistäminen, vaikka ei voikaan tietää, mitä kaikkea tulevaisuus tuo.[18]

Arjen kestävyysmurrokseen liittyvien tunteiden rakentavampi käsittely edellyttää tunnetaitojen vahvistamista eri ihmisryhmien keskuudessa. Tätä on mahdollista tukea resurssoimalla erilaisia toimijoita ja hankkeita, jotka edistävät aihetta. Ympäristötunnetaitoja tarvitaan lukuisilla aloilla, mutta erityisen keskeisessä roolissa ne ovat esimerkiksi viestinnässä, kasvatuksessa ja ihmisten välisissä neuvotteluissa.[19] Erilaisten Agenda 2030-tavoitteiden edistäminen arjessa vaatii monenlaisia asioita, joiden joukosta psykologinen ymmärrys kaipaa laajempaa huomiota.

Dosentti Panu Pihkala, Helsingin Yliopisto
Monitieteellinen ympäristötutkimus, Teologinen tiedekunta & Kestävyystieteen instituutti HELSUS

Viittaukset

[1] Adams 2021; Hoggett (toim.) 2019.

[2] Ilmastotunteiden osalta ks. Hyry 2019; laajemmin Pihkala 2019a, Albrecht 2019.

[3] Verplanken, Marks & Dobromir 2020; Pihkala 2020a.

[4] Tunnetutkimuksesta ks. Barrett, Lewis & Haviland-Jones 2016; suomeksi esim. Nummenmaa 2019.

[5] Esimerkiksi ulkoministeriön rahoittama hanke Toivoa ja toimintaa (www.toivoajatoimintaa.fi) sekä opetushallituksen julkaisema Ilmastoahdistuksesta ilmastoinnostukseen-raportti (https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/ILO-hanke%2C%20Ilmastotunteet%2C%20julkaisu%2C%2021.12.2020_0.pdf).

[6] Hankkeen materiaalit löytyvät sivustolta www.ymparistoahdistus.fi. Ks. myös Pihkala 2019b.

[7] Esim. Jensen 2019; Bissing-Olson, Fielding & Iyer 2016; Bamberg, Rees & Schulte 2018.

[8] Ks. monet kyselytutkimukset, esim. Hyry 2019.

[9] Hormio 2020; Lertzman 2019; Harré 2018; Stoknes 2015; Marshall 2015.

[10] Sosiaalisista jännitteistä ja muutosten vaikeudesta ks. esim. Brulle & Norgaard 2019; Jylhä 2017; Norgaard 2011. Tunnetaitojen kehittämisestä osana yhteisöllistä resilienssiä ks. Doppelt 2016.

[11] Pihkala 2019c.

[12] Adams, Hurt & Sintov 2020; Schneider ym. 2017.

[13] Cunsolo & Landman 2017.

[14] Antadze 2020.

[15] Esim. Saarinen 2020.

[16] Sangervo 2020.

[17] Kelsey 2020; Pihkala 2017.

[18] Pihlström 2020.

[19] Pihkala 2020b; Chapman, Lickel & Markovitz 2017; Mah ym. 2020.

Lähdekirjallisuus

Adams, I., Hurst, K., & Sintov, N. D. (2020). Experienced guilt, but not pride, mediates the effect of feedback on pro-environmental behavior. *Journal of Environmental Psychology, 71*, 101476.

Adams, M. (2021). Critical psychologies and climate change. *Current Opinion in Psychology, 42*, 13-18.

Albrecht, G. (2019). *Earth emotions: New words for a new world*. Ithaca: Cornell University Press.

Antadze, N. (2020). Moral outrage as the emotional response to climate injustice. *Environmental Justice, 13*(1).

Bamberg, S., Rees, J., & Schulte, M. (2018). Environmental protection through societal change: What psychology knows about collective climate action - and what it needs to find out. Teoksessa S. D. Clayton, & C. M. Manning (toim.), *Psychology and climate change: Human perceptions, impacts, and responses*. Amsterdam: Academic Press.

Barrett, L. F., Lewis, M., & Haviland-Jones, J. (Eds.). (2016). *Handbook of emotions* (4th ed.). New York: Guilford Press.

Bissing-Olson, M. J., Fielding, K. S., & Iyer, A. (2016). Experiences of pride, not guilt, predict pro-environmental behavior when pro-environmental descriptive norms are more positive. *Journal of Environmental Psychology, 45*, 145-153.

Brulle, R. J., & Norgaard, K. M. (2019). Avoiding cultural trauma: Climate change and social inertia. *Environmental Politics, 28*(5), 886-908.

Chapman, D., Lickel, B., & Markowitz, E. M. (2017). Reassessing emotion in climate change communication. *Nature Clim Change, 7*(12), 850-852.

Cunsolo, A., & Landman, K. (Eds.). (2017). *Mourning nature: Hope at the heart of ecological loss & grief*. Montreal & Kingston: McGill-Queen's University Press.

Doppelt, B. (2016). *Transformational resilience: How building human resilience to climate disruption can safeguard society and increase wellbeing*. Saltaire: Taylor & Francis.

Harré, N. (2018). *Psychology for a better world: Working with people to save the planet* (2nd, revised ed.). Auckland: Auckland University Press.

Hoggett, P. (Ed.). (2019). *Climate psychology: On indifference to disaster*. Cham: Palgrave Macmillan.

Hormio, S. (2020). Yksilön vastuu yhteisöjen jäsenenä. Teoksessa S. Kyllönen, & M. Oksanen (toim.), *Filosofia ja ilmastonmuutos* (104-125). Helsinki: Gaudeamus.

Hyry, J. (2019). *Kansalaiskysely ilmastonmuutoksesta ja tunteista.* Helsinki: Sitra, the Finnish Innovation Fund.

Jensen, T. (2019). *Ecologies of guilt in environmental rhetorics*. Switzerland: Palgrave Macmillan.

Jylhä, K. M. (2017). Denial versus reality of climate change. Teoksessa D. A. DellaSala, & M. I. Goldstein (toim.), *Encyclopedia of the anthropocene* (487-492). Elsevier.

Kelsey, E. (2020). *Hope matters: Why changing the way we think is critical to solving the environmental crisis*. Vancouver/Berkeley: Greystone Books.

Lertzman, R. A. (2019). New methods for investigating new dangers: On the radical practice of listening. Teoksessa P. Hoggett (toim.), *Climate psychology: On indifference to disaster* (25-39). Cham: Palgrave Macmillan.

Mah, A. Y. J., Chapman, D. A., Markowitz, E. M., & Lickel, B. (2020). Coping with climate change: Three insights for research, intervention, and communication to promote adaptive coping to climate change. *Journal of Anxiety Disorders, 75*, 102282.

Marshall, G. (2015). *Don't even think about it: Why our brains are wired to ignore climate change*. New York: Bloomsbury.

Norgaard, K. M. (2011). *Living in denial: Climate change, emotions, and everyday life*. Cambridge: MIT Press.

Nummenmaa, L. (2019). *Tunnekartasto: Kuinka tunteet tekevät meistä ihmisiä*. Helsinki: Tammi.

Pihkala, P. (2017). *Päin helvettiä? Ympäristöahdistus ja toivo*. Helsinki: Kirjapaja.

Pihkala, P. (2019a). *Mieli maassa? ympäristötunteet*. Helsinki: Kirjapaja.

Pihkala, P. (2019b). *Ilmastoahdistus ja sen kanssa eläminen. Raportti.* Helsinki: Mieli ry.

Pihkala, P. (2019c). *Ilmastokasvatus ja tunteet*. Helsinki: Biologian ja maantieteen opettajien liitto BMOL ry.

Pihkala, P. (2020a). Anxiety and the ecological crisis: An analysis of eco-anxiety and climate anxiety. *Sustainability, 12*(19), 7836.

Pihkala, P. (2020b). Eco-anxiety and environmental education. *Sustainability, 12*(23), 10149.

Pihlström, S. (2020). Ilmastonmuutos eksistentiaalisena uhkana. Teoksessa S. Kyllönen, & M. Oksanen (toim.), *Filosofia ja ilmastonmuutos* (297-316). Helsinki: Gaudeamus.

Saarinen, R. (2020). *Oppi toivosta*. Helsinki: Gaudeamus.

Sangervo, J. (2020). *Ilmastoahdistus ja ilmastotoivo: Tunteiden yhteys ilmastotoimiin*. Pro gradu -tutkielma. Tampere University, Faculty of Social Sciences.

Schneider, C. R., Zaval, L., Weber, E. U., & Markowitz, E. M. (2017). The influence of anticipated pride and guilt on pro-environmental decision making. *PloS One*, *12*(11), e0188781-e0188781.

Stoknes, P. E. (2015). *What we think about when we try not to think about global warming: Toward a new psychology of climate action*. White River Junction: Chelsea Green Publishing.

Verplanken, B., Marks, E., & Dobromir, A. I. (2020). On the nature of eco-anxiety: How constructive or unconstructive is habitual worry about global warming? *Journal of Environmental Psychology*, 72.