

Zmiany klimatyczne stały się jednym z największych wyzwań współczesnego świata. Życiu i zdrowiu coraz większej liczby ludzi zagrażają ekstremalne zjawiska pogodowe, takie jak powodzie i huragany, oraz zmiany, które zachodzą stopniowo, na przykład wzrost średniej temperatury czy podnoszenie się poziomu mórz i oceanów. Jednak nawet osoby, których życie nie zależy bezpośrednio od zmian klimatu mogą odczuwać znaczne obciążenie psychiczne. Lęk klimatyczny, czyli chroniczny lęk związany z obecnym lub przewidywanym stanem środowiska i nieodwracalnymi zmianami klimatycznymi staje się coraz większym zagrożeniem dla zdrowia psychicznego. Lęk ten ma kilka charakterystycznych cech. Po pierwsze, odnosi się do realnego zagrożenia, a więc odczuwane obawy można uznać za racjonalne. Po drugie, nasilający się charakter zmian klimatycznych uniemożliwia zwykły proces adaptacji. Wreszcie, zmianom tym towarzyszy niepewność co do przyszłości i możliwości ich powstrzymania nawet przy wspólnym wysiłku światowych instytucji.

Jednym ze znaczących źródeł lęku klimatycznego jest obawa związana z nieodwracalnymi zmianami w miejscach, w których mieszkamy lub w tych, które chcielibyśmy odwiedzić w przyszłości. Wcześniejsze badania wykazały jednak, że związek między zmianą miejsca, odczuwanym lękiem i chęcią podjęcia działań na rzecz środowiska nie zawsze jest jednoznaczny. Niektóre badania pokazują, że lęk odczuwany jako rezultat zmiany miejsca może odgrywać rolę mobilizującą i skłaniać ludzi do walki z niepożądaną zmianą; inne pokazują, że zniechęca on ludzi do podejmowania działań i obniża poczucie własnej skuteczności.

W naszym projekcie chcemy wyjaśnić te niespójności poprzez uwzględnienie istotnych zmiennych: przywiązania do miejsca oraz strategii regulacji emocji. Po pierwsze, zbadamy dlaczego doświadczane lub przewidywane zmiany miejsca mogą czasem przeradzać się w paraliżujący niepokój i brak poczucia własnej skuteczności, a czasem w chęć działania lub nadzieję na uniknięcie katastrofy klimatycznej. W tej części projektu skupimy się na roli przywiązania do miejsca, definiowanym jako emocjonalna więź pomiędzy ludźmi i miejscami. Po drugie, zbadamy rolę strategii regulacji emocji, które mogą łagodzić negatywne konsekwencje już rozwiniętego lęku klimatycznego na dobrostan i chęć działania na rzecz środowiska. Do tej pory niewiele było badań empirycznych na ten temat, w związku z tym, zamierzamy sprawdzić specyficzną rolę różnych strategii radzenia sobie z lękiem klimatycznym i niskim poczuciem własnej skuteczności.

Powyższe cele badawcze będą realizowane poprzez uwzględnienie przyczynowego charakteru badanych zależności oraz zastosowanie mieszanych metod badawczych. Planujemy przeprowadzenie serii badań podzielonych na trzy linie badawcze, które będą koncentrować się na poszczególnych częściach modelu teoretycznego.

W ramach pierwszej linii badawczej przeprowadzimy badania podłużne, w których zbadamy podstawowe związki między potencjalną zmianą zachodzącą w miejscu zamieszkania, zdrowiem psychicznym i zachowaniami prośrodowiskowymi, z uwzględnieniem roli moderatorów: przywiązania do miejsca i strategii regulacji emocji. W drugiej linii badawczej zbadamy wpływ zmiany miejsca na lęk klimatyczny oraz moderującą rolę przywiązania do miejsca, natomiast trzecia linia badawcza będzie koncentrować się na strategiach redukcji lęku klimatycznego i zwiększaniu poczucia sprawstwa w zakresie zachowań prośrodowiskowych.

Proponowane badania przyczynią się do rozwoju zarówno psychologii społecznej i środowiskowej, jak i psychologii emocji i motywacji. Wyniki projektu dostarczą także praktycznych wskazówek na temat tego jak skutecznie odpowiadać na zmiany klimatyczne zachowując przy tym odporność tak potrzebną do mierzenia się z nadchodzącymi wyzwaniami.