



# Gesunde Zähne, gesunde Erde – wie kann das klappen?

Klimawandel, verschmutzte Meere und Artensterben: Die negativen Folgen von Konsumverhalten und ungebremstem Wirtschaftswachstum sind nicht zu leugnen. Konzerne und Politik reagieren auf diese Missstände und versprechen Besserung. Somit gehören Nachhaltigkeit, umweltschonende Abläufe oder Bemühungen für eine lebenswerte, gerechte Zukunft immer häufiger zu einer modernen Firmenphilosophie. „Grün“ steht längst nicht mehr für eine politische Gesinnung, sondern ist zum Prüfsiegel für gesellschaftliche Akzeptanz geworden. Dass auch Dentalpraxen einen Schritt in Richtung Klimafreundlichkeit machen können, zeigen immer mehr positive Beispiele. Mit professioneller Unterstützung lassen sich vorzeigbare Öko-Bilanzen für eine Praxis erzielen. Doch manchmal sind Team-Mitglieder nur schwer zu Verhaltensänderungen zu motivieren. Ein Phänomen, mit dem sich auch Psychologen beschäftigen.

**Dr. Mario Lips** // Fehmarn

Im vergangenen Jahr war es am 2. August so weit: Die Ressourcen, die die Erde auf natürliche Weise zur Verfügung stellen kann, waren für 2023 verbraucht. Zwar markiert der sogenannte „Earth Overshoot Day“ (oder Welterschöpfungstag) nur symbolisch ein Datum, an dem das Ressourcen-Konto in die roten Zahlen rutscht [1]. Doch die statistische Spielerei macht deutlich klar, dass der Lebensstil von mehr als acht Milliarden Erdbewohnern folgenschwere Konsequenzen hat. Während sich austrocknende Seen, Müllberge und Artensterben für einen Großteil der Bevölkerung noch leicht ausblenden lassen, wird eine Bedrohung für jeden Einzelnen spürbar: der Klimawandel. Sich häufende Extremwetterereignisse und Ernteausfälle deuten unverkennbar eine deprimierende Entwicklung an.

Als wissbegierige Zahnmedizinstudentin brachten diese Aussichten Milena Hegenauer schon kurz nach Studienbeginn ins Grübeln. Der niederschmetternde Vortrag eines engagierten Zahnarztes war schließlich der Auslöser für die 26-Jährige, mit dem Thema Nachhaltigkeit politisch aktiv zu werden. Unter ihren Kommilitonen wollte sie ein Problembewusstsein schaffen, denn mit Unmengen an Verpackungsmüll, Einmalinstrumenten und verschwendeten Materialien war sie bereits während des Studiums in Würzburg konfrontiert. Im Studierendenparlament des FVDZ (Freier Verband Deutscher Zahnärzte) baute Hegenauer eine Arbeitsgruppe „Nachhaltigkeit in der Zahnmedizin“ auf, mit zwei weiteren Mitstreitern gründete sie vor zwei Jahren die YSOH (Youth for Sustainable Oral Health).

Anfangs wurde die Münchnerin mit ihrer Mission noch belächelt. Doch mittlerweile hören immer mehr Menschen genau zu, wenn sie über die Relevanz des Themas spricht. „Man muss immer wieder betonen, welche Verantwortung auch jeder einzelne Zahnarzt hat. Die meisten sind leider schlecht informiert und über viele Fakten überrascht“, erklärt die frisch examinierte Zahnmedizinerin. Es gebe unter den Zahnmedizinierenden nur eine Handvoll Menschen, die sich intensiv mit der Materie auseinandergesetzt hätten. Und möglicherweise wirken die Aktionen anderer Aktivisten, wie beispielsweise der „Letzten Generation“, abschreckend auf so manchen Beobachter.

**Aufklären statt zerstören**

„Ich verstehe die Motivation der sogenannten Klimakleber. Aber ich persönlich glaube nicht, dass solche Aktionen der richtige Weg sind – man muss Zahnärzte dort abholen, wo sie stehen“, sagt die junge Zahnmedizinerin. Aufklärung sei der größte Hebel, den sie habe. Immer wieder regt sie ihre Mitmenschen mit Vorträgen und Gesprächen zum Nachdenken an und erlebt dann einen konstruktiven Austausch. Der ambitionierte Einsatz für die Umwelt hat Hegenauer weit gebracht: 2021 durfte sie auf der UN-Klimakonferenz in Glasgow (COP26) ein Referat über YSOH halten – vor Hunderten Zuhörern aus Dutzenden Nationen. Noch heute arbeitet sie mit mehreren Menschen zusammen, die sie bei dieser Gelegenheit kennengelernt hat. Die internationalen Beziehungen hält Hegenauer für besonders wichtig. Stolz

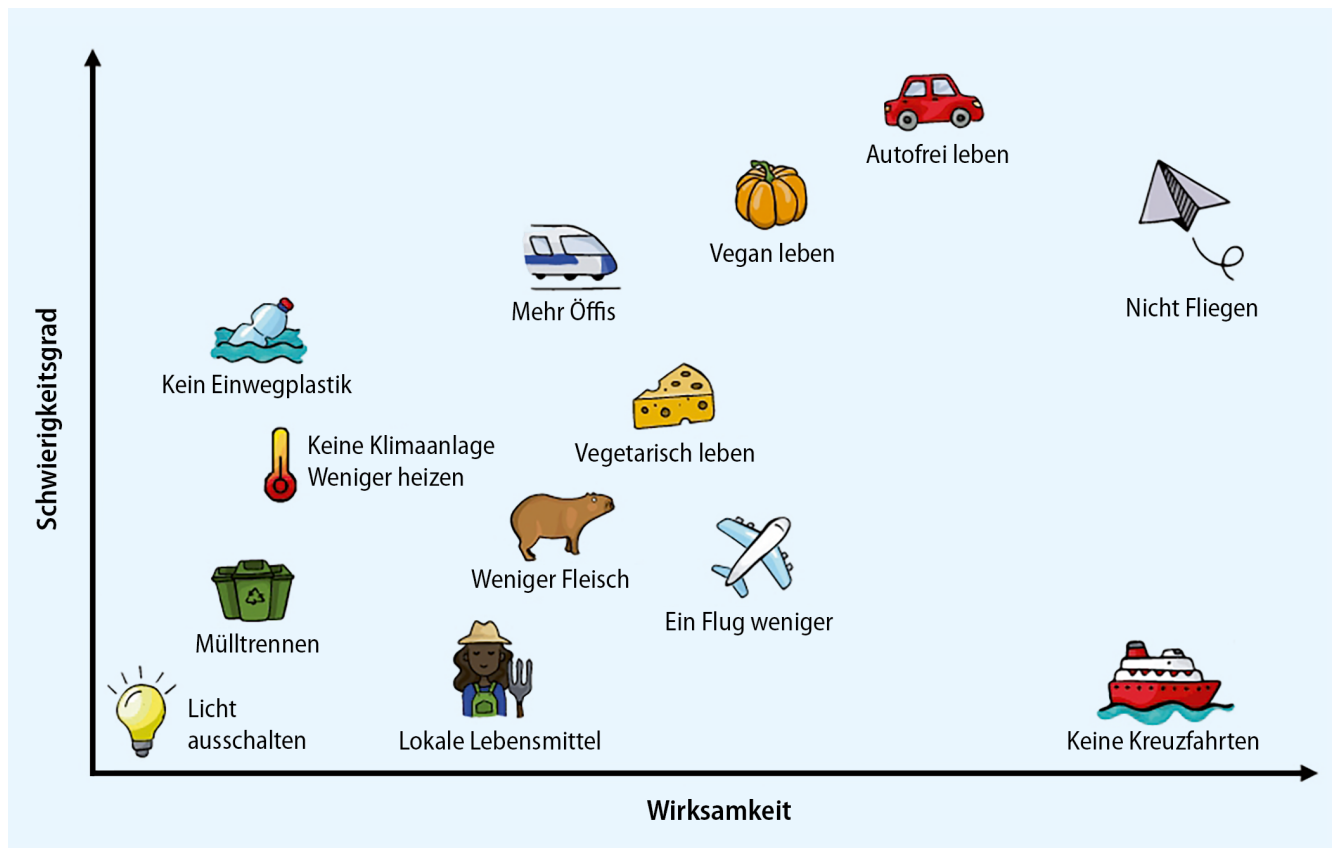


Zahnärztin Milena Hegenauer

ist sie daher auch auf ein Manifest der Gruppe YSOH, das mittlerweile Menschen aus 44 Nationen unterzeichnet haben.

Der Klimawandel ist eine globale Herausforderung, und so braucht es Zusammenkünfte wie die UN-Klimakonferenz. Erstaunlicherweise tagte die erste Weltklimakonferenz bereits 1979, bei der über schädliche Klimaveränderungen durch den Menschen diskutiert wurde. Vor 30 Jahren trat die Klimarahmenkonvention in Kraft, die den Klimawandel als ernstzunehmende Bedrohung benennt und die Staaten vertraglich zum Klimaschutz verpflichtet. Seither gibt es jährlich ein Treffen, bei dem führende Politiker sowie die Vertreter unterschiedlicher Gruppen und Organisationen zu Wort kommen. Im Jahr 2015 einigten sich fast alle Teilnehmerländer in Paris darauf, die Erderwärmung auf möglichst unter 1,5 Grad Celsius zu begrenzen [2].

Gelingen soll dies durch eine massive Eindämmung von Treibhausgasemissionen. Wichtigstes Gas ist hierbei das Kohlendioxid (CO<sub>2</sub>), das beim Verbrennen von Öl, Gas und Kohle entsteht. Aber auch andere in die Atmosphäre entweichende Moleküle wie Methan (entsteht bei der Viehzucht) oder Stickoxide (z. B. Lachgas) sorgen dafür, dass auf der Erdoberfläche die Tempe-



Was bringt welche Maßnahme für den Klimaschutz? Schwierigkeitsgrad und Wirksamkeit klimafreundlicher Entscheidungen. Mit freundlicher Genehmigung © T. Bruder mann & A. Hoeben, „Die Kunst der Ausrede“, Oekom Verlag – freigegeben unter der Creative Commons Attribution 4.0 International License, CC BY 4.0, <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/> Originalbeitrag unter: [https://www.klimapsychologie.com/wp/?page\\_id=210](https://www.klimapsychologie.com/wp/?page_id=210), Abruf 15.12.2024

raturen steigen. Um weltweit die Klimaschädlichkeit von Produkten und Prozessen grob einstufen zu können, hat man sich auf eine universelle „Währung“ geeinigt: Das CO<sub>2</sub>-Äquivalent. Es erlaubt einen ungefähren Vergleich von unterschiedlichsten Verbrauchsgütern und Verhaltensweisen, und übersetzt plakativ klimafreundlichere Alternativen in konkrete Zahlen. So produziert ein 500-km-Inlandflug 135 kg, eine entsprechende Autofahrt 81 kg und eine Fahrt mit dem ICE 23 kg CO<sub>2</sub> pro Person [3].

### CO<sub>2</sub>-Bilanzen vergleichen

Das diese Daten kompliziert berechnet werden und nur Richtwerte sein können, zeigt der Blick auf diverse CO<sub>2</sub>-Online-Rechner im Internet. Die Schwankungsbreite der Ergebnisse ist erheblich, zudem sorgt die Intransparenz der Unternehmen bezüglich ihrer Energielieferanten für eine schwer abschätzbare Variable [4]. Nichtsdestotrotz lohnt sich die Betrachtung von CO<sub>2</sub>-Bilanzen, um ein Gefühl für den selbst verursachten Klimaschaden zu erlangen. Für eine schnell getrunkene Tasse Kaffee fallen im Schnitt knapp 75 Gramm CO<sub>2</sub> an [5]. Einbezogen sind hier der Anbau, Transport und die Zubereitung.

Wer demnach zwei Tassen am Tag konsumiert, ist für die Entstehung von fast 55 kg CO<sub>2</sub> im Jahr verantwortlich. Umgerechnet entspricht dies der Ökobilanz von vier Paar Sneaker [6]. Oder verglichen mit Lebensmitteln 850 Gramm Kalbsfilet [7] oder stattliche 27 Kilogramm Pommes frites [8]. Um diese Menge an Kohlendioxid wieder zu binden, benötigt eine Waldfläche von 92 m<sup>2</sup> ein Jahr [9]. Auch wenn diese Zahlen zunächst verwirren mögen, zeigen sie doch eines unmissverständlich: Jeder kommt mit ein paar Klicks an Informationen, wie er seinen persönlichen Lebensstil nachhaltiger ausrichten kann.

Für den Betrieb einer ganzen Zahnarztpraxis fällt die Kalkulation eines CO<sub>2</sub>-Fußabdrucks schon wesentlich schwerer. Unzählige Materialien, Medizinprodukte und Geräte kommen zum Einsatz, Personal und Patienten haben Fahrtwege, es wird geheizt, gekühlt, und es entsteht Abfall. Dieser Wust an Faktoren ist für einen Laien schier unüberschaubar. Durchaus sinnvoll kann es daher sein, einen professionellen Berater zur Bilanzierung mit hinzuzuziehen. Mittlerweile haben sich zahlreiche „sustainability consultants“ etabliert, die auch Zahnärzte in eine klimafreundliche Zukunft begleiten.

### Klimasünden strategisch minimieren

In der Regel erkennen Berater mit ihrer Expertise die größten Umweltsünden im Praxisbetrieb. Gemeinsam erarbeiten sie dann mit ihren Auftraggebern Änderungsstrategien und legen Zielvorgaben fest. Wenn klimaschädigende Arbeitsschritte unvermeidbar sind, können Praxisinhaber diese mit dem Kauf von Zertifikaten kompensieren. Häufig fließen diese Investitionen in Aufforstungsprojekte in tropischen Regionen, aber auch andere Programme zur Reduzierung des CO<sub>2</sub>-Anteils in der Luft werden finanziert. Erste Dentalteams können nun auf ihren Homepages mit einer „klimaneutralen Praxis“ werben und werden somit für eine wachsende Klientel zum attraktiven Anlaufpunkt.

Leider hat das Thema Nachhaltigkeit in vielen Wirtschaftsbereichen nicht nur Menschen angezogen, die sich ernsthaft um eine bessere Welt bemühen wollen. Für die meisten Unternehmen ist Nachhaltigkeit ein „Must have“ geworden, ein potentes Zugpferd für diverse Marketingstrategien. Und somit haben auch Konzerne wie Shell oder Easyjet versucht, über CO<sub>2</sub>-Kompensationen ihre Bilanz aufzuhübschen. Der grüne Anstrich

verlor allerdings recht schnell seinen Glanz, als Journalisten vor einem Jahr die erworbenen Waldschutzzertifikate genauer unter die Lupe nahmen [10]. Mehr als 90% der geförderten Projekte brachten nicht die versprochene CO<sub>2</sub>-Reduktion, mündeten in Monokulturen und schädigten den lokalen Anwohnern der Waldgebiete.



Dr. Matthias Eigenbrodt

Der führende Zertifizierer Verra konnte die Vorwürfe nicht entkräften und sorgte für ein Erdbeben im Markt für Kompensationszertifikate. Heute distanzieren sich viele Unternehmen wie die Drogeriekette Rossmann von dem Label „klimaneutral“ [11]. Das deutsche Umweltberatungsunternehmen Climatepartner

verzichtet mittlerweile komplett auf den Claim und hat seine Klimaschutzarbeit neu ausgerichtet. Wichtiger sind jetzt die Anstrengungen innerhalb eines zertifizierten Betriebes, CO<sub>2</sub>-Reduktionsziele zu vereinbaren und zielstrebig umzusetzen. Ein Freikaufen mit Zertifikaten soll möglichst nur bei unvermeidbaren CO<sub>2</sub>-Emissionen erfolgen [12].

### Nachhaltig ist mehr als ökologisch

Einer der Pioniere in puncto Nachhaltigkeit in der Zahnarztpraxis ist Dr. Matthias Eigenbrodt [13]. Auch der Berliner hat auf externe Unterstützung gesetzt und sich im vergangenen Jahr bereits zum dritten Mal zertifizieren lassen. Allerdings hört Eigenbrodts Engagement nicht beim Klimaschutz auf. „Wir müssen zusehen, dass unsere Welt enkeltauglich bleibt“, erklärt der 57-Jährige. Und dazu reiche eine CO<sub>2</sub>-Bilanz bei Weitem nicht aus. Für ein nachhaltiges Leben müsse die Trias aus Ökologie, Ökonomie und Sozialem berücksichtigt werden, betont er [14]. Seine weitreichende Sichtweise kommt nicht von ungefähr: Schon als junger Zahnarzt hat Eigenbrodt Entwicklungsprojekte in Jordanien und im Jemen betreut.

Menschenwürde, Solidarität und soziale Gerechtigkeit dürften daher bei allem nötigen Klimaaktivismus nicht unter den Tisch fallen. Nach eigenen Angaben führt Eigenbrodt als erster Zahnarzt in Deutschland seine Praxis nach den Prinzipien der Gemeinwohl-Ökonomie. Bemerkbar macht sich diese Haltung nicht nur durch solch naheliegenden Sachen wie die 100%ige Nutzung von Ökostrom oder dem totalen Verzicht von Amalgam, sondern zum Beispiel auch bei Eigenbrodts Lohnzahlungen: Im Schnitt liegen die Gehälter seiner zehn Mitarbeitenden 20% über dem Berliner Standard. An welchen Punkten noch Verbesserungsmöglichkeiten in der Kreuzberger Praxis bestehen, ergibt sich aus dem intensiven Zertifizierungsprozess durch das Netzwerk Gemeinwohl-Ökonomie Unternehmen Berlin-Brandenburg e.V.

„Ich kann verstehen, dass viele Kollegen diese zeitaufwändige Prozedur scheuen“, sagt Eigenbrodt. Doch über etwas mehr Interesse aus der Zahnärzteschaft würde er sich schon freuen. Seine Leidenschaft für Nachhaltigkeit trifft selbst bei seinen Mitarbeitenden nicht immer auf grenzenlose Begeisterung: „Bei Themen wie Abfallvermeidung und Mülltrennung bemerke ich öfter eine mangelnde Motivation. Es ist stets aufs Neue eine Herausforderung, das Team bei meinen Ideen mitzunehmen“, berichtet der Berliner.

Dass einzelne Personen beim Versuch, klimafreundlicher zu handeln, scheitern, wundert Prof. Thomas Brudermann nicht. Der Österreicher forscht am Institut für Umweltsystem- ▶

## „Prävention ist ein primärer Faktor beim Umweltschutz“



© BZÄK/Lopata

**Konstantin von Laffert ist seit 2021 Vizepräsident der Bundeszahnärztekammer und betreibt in Hamburg eine Zahnarztpraxis. Für den 57-Jährigen ist Nachhaltigkeit eines der wichtigsten Zukunftsthemen. Im Interview mit *Die junge Zahnmedizin* betont der Hamburger, dass viele kleine Verbesserungen im Praxisalltag eine große Wirkung haben können.**

**Die junge Zahnmedizin:** Wieso ist das Thema Nachhaltigkeit so sehr in den Fokus der BZÄK gerückt?

**Konstantin von Laffert:** Die Tragweite der Klimaproblematik liegt auf der Hand. Natürlich können wir an diesen Themen nicht isoliert vorbeileben. Sowohl in der

Medizin als auch in der Zahnmedizin wachsen die Anforderungen der Hygienevorschriften immens, riesige Berge an Einmal-Produkten landen im Abfall. Manchmal führen Verschärfungen nicht einmal zu mehr Patientensicherheit, gleichzeitig steigt das Müllaufkommen immer weiter. Das hat viele von uns zum Nachdenken gebracht und wir sind aktiv geworden. Seit etwa zwei Jahren arbeiten wir intensiv in diesem Bereich, wobei mich persönlich das Thema als Vorsitzender des Ausschusses Praxisführung schon lange beschäftigt. Wir wollten Kolleginnen und Kollegen praktische Dinge an die Hand geben, wie sie trotz aller Hygieneregeln umweltverträglicher handeln können. Theoretisch über die Klimakatastrophe zu sprechen, ist in Ordnung, besser ist es aber, nachhaltige Lösungen auch umzusetzen. Dazu haben wir die Broschüre „Nachhaltige Zahnmedizin“ herausgegeben, die eine Orientierungshilfe zu ressourcenschonenden Arbeitsabläufen gibt [17].

**DjZ:** Warum sollte jeder Zahnarzt einen Blick in die Broschüre werfen?

**von Laffert:** Der Inhalt baut auf dem Wissen unterschiedlicher Quellen auf. Wir haben uns zahlreiche wissenschaftliche Studien für die jeweiligen Kapitel der Broschüre angeschaut. Zudem fließen Ergebnisse einer Zusammenarbeit mit dem Fraunhofer Institut und der Charité in den Ratgeber ein. Nicht zuletzt kommen viele Ideen von einzelnen Dentalpraxen. Die Tipps werden ständig aktualisiert und den neuesten Erkenntnissen angepasst. Dass hier nichts in Stein gemeißelt ist, zeigt sich am Beispiel des Spülbeckers. Eine Zeit lang wurde die Nutzung von Gläsern empfohlen, doch durch den hohen Energieverbrauch bei Herstellung und Reinigung scheint nun der Pappbecher die bessere Alternative zu sein.

**DjZ:** Welche Schritte sind in puncto Umweltschutz besonders effizient?

**von Laffert:** Es gibt Studien, die zeigen, dass in der Zahnmedizin zwei Drittel des CO<sub>2</sub>-Fußabdrucks durch Fahrten zur und von der Praxis verursacht werden. Das betrifft nicht nur die Mitarbeiter, sondern auch die Patienten. Somit gilt unser Mantra: Prävention ist ein primärer Faktor beim Umweltschutz. Wer lediglich zu Kontrolluntersuchungen zum Zahnarzt muss, belastet das Klima am wenigsten. Insgesamt sind es meist die kleinen Dinge, die am Ende viel bringen. Praxishaber könnten Mitarbeitern Tickets für den öffentlichen

Nahverkehr zukommen lassen, Patiententermine ließen sich nach Möglichkeit zusammenlegen. Oft ist auch der Energieverbrauch in der Praxis eine potente Stellschraube und meist reduzierbar: Die großen Stromfresser Sterilisator, Thermodesinfektor und Kompressor können optimiert eingesetzt oder durch klimafreundlichere Neugeräte ersetzt werden. In meiner Praxis denke ich momentan über eine Innen- und Außenbegrünung nach, die ohne Energieaufwand für angenehmere Temperaturen und bessere Luftqualität sorgen sollte.

**DjZ:** Welche Hindernisse auf dem Weg zu mehr Nachhaltigkeit haben Sie erlebt?

**von Laffert:** Es gibt leider gelegentlich von Behörden Auflagen, die in der Praxis wenig sinnvoll erscheinen. Da sollen z. B. künftig für Intraoralscanner Wegwerf-Plastikabdeckungen vorgeschrieben werden. Bisher arbeiten wir routinemäßig mit der Wischdesinfektion, was eine durchaus hinreichende Maßnahme zur Keimabtötung darstellt. Seit 2001 hat sich niemand an dem Verfahren gestört, aber jetzt scheint dies plötzlich mit den gesetzlichen Vorgaben nicht mehr vereinbar zu sein. Manchmal agieren die Hygiene-Behörden sehr „formalistisch“ und zeigen wenig Interesse an Nachhaltigkeit.

**DjZ:** Sollten Zahnarztpraxen die Hilfe externer Berater suchen?

**von Laffert:** Wer das machen will, kann das gerne tun. Wir würden so etwas aber niemals vorschreiben. Ich will mich da mit Empfehlungen zurückhalten. Wir haben schon einiges mit Unternehmen erlebt, die sehr leichtfertig und mit wenig substanziellem Inhalt grüne Label verteilen. Das geht dann fast schon in Richtung „Greenwashing“. Sicher gibt es auch gute Berater. Meiner Meinung nach sind die meisten Fakten jedoch auch mit wenig Mühe im Internet zu finden.



**DjZ:** Gibt es Siegel, die das Engagement für mehr Nachhaltigkeit seriös kennzeichnen?

**von Laffert:** Es sind Unmengen von Zertifikaten und Zertifizierungen auf dem Markt, so dass uns eine umfassende Einordnung von Seiten der BZÄK überfordern würde. Nichtsdestotrotz kann es vorkommen, dass wir auf die Arbeit von schwarzen Schafen aufmerksam gemacht werden. Wir gehen dann auf die gemeldeten Unternehmen zu und positionieren uns entsprechend. Wir können nicht jedes Siegel prüfen, aber wenn Kollegen auf uns zukommen und eine Bewertung wünschen, kümmern wir uns darum.

**DjZ:** Wie reagiert die Zahnärzteschaft auf die Aktivitäten der BZÄK?

**von Laffert:** Wir bekommen eine Menge Rückmeldungen, vor allem zu unserer Broschüre. Viele Leser machen Vorschläge zu Ergänzungen oder äußern sich sowohl positiv als auch negativ kritisch. Da erhalten wir ein sachlich gutes Feedback. Erstaunlicherweise bewegt das Thema nicht nur die jüngste Generation, sondern auch zahlreiche Anfragen von Menschen in meinem Alter landen bei uns. Offensichtlich beschäftigen sich viele Praxisinhaber schon seit Jahren damit, wie sie ressourcenschonender arbeiten können. Da wird über die optimale Mülltrennung nachgedacht oder der Wechsel zu Ökostrom-Anbietern erwogen. Solche einfachen Maßnahmen werden täglich schon in vielen Praxen umgesetzt.

**DjZ:** Welche Unterstützung wünschen Sie sich von der Politik?

**von Laffert:** Vergangenes Jahr gab es im Bundesministerium für Gesundheit einen Klimagipfel, bei dem Vertreter von vielen wichtigen Institutionen im Gesundheitswesen geladen waren. Unter anderem hielt auch Karl Lauterbach einen Vortrag über die drängenden Probleme der Klimakrise und propagierte, unsere CO<sub>2</sub>-Bilanz drastisch zu senken. Was in der Praxis gemacht wird, spricht diesen Bemühungen teilweise allerdings genau entgegen. Die neue Leitlinie zur Parodontitis-Behandlung beispielsweise wurde mit vielen Experten und Beteiligten lange erarbeitet und beschlossen. Darin enthalten sind einige Leistungen, die nicht über das allgemeine Budget finanziert werden. Bereits nach eineinhalb Jahren fielen diese dem Kostendämpfungsgesetz von Minister Lauterbach zum Opfer; die Parodontitis-Behandlung musste wieder über das Budget abgerechnet werden. Wie bereits erwähnt, ist Prävention von Erkrankungen einer der wirksamsten Wege einer nachhaltigen Lebensweise. Gerade bei der Parodontitis, die wissenschaftlich erwiesen auch ein wichtiger Risikofaktor für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Schlaganfälle und Demenz ist, finde ich eine derartige politische Kurzsichtigkeit äußerst ärgerlich. Zudem ist die Kürzung von Geldern auch für die Praxen ein verheerendes Signal: Wer mit seinen Einnahmen nur knapp kalkulieren kann, wird die Investition in umweltfreundlichere Materialien und Neuanschaffungen wohl eher scheuen. Ein Wandel zu mehr Nachhaltigkeit braucht einen langen Atem – woran es der Politik augenscheinlich manchmal mangelt.

*Das Interview führte Dr. Mario Lips*

Advertisement placeholder

Hier steht eine Anzeige.

Hier staat een advertentie.

Advertisement placeholder

Hier steht eine Anzeige.

Hier staat een advertentie.

Advertisement placeholder

Hier steht eine Anzeige.

Hier staat een advertentie.

Advertisement placeholder

Hier steht eine Anzeige.

Hier staat een advertentie.

► wissenschaften an der Universität Graz unter anderem über die psychologischen Ursachen, warum sich Menschen nur schwer zu einem nachhaltigen Lebensstil bewegen lassen.



© Uni Graz/Thivanopoulos

Prof. Dr.  
Thomas Bruderermann

In einem jüngst erschienenen Buch hat er sich auf unterhaltsame Weise mit den Ausreden bei Klimasünden auseinandergesetzt [15]. „Allgemein fällt es nicht leicht sich zu ändern, wenn die äußeren Bedingungen gleich bleiben. Eine Chance bietet beispielsweise der Beginn einer neuen Lebensphase“, konstatiert Bruderermann. Wenn Eigenbrodt das Verhalten seiner Mitarbeitenden ändern wolle, müsse er möglichst auch ein gewisses Mindset mitliefern.

### Verzicht oder Verbote führen nicht zum Erfolg

„Wenn ich Menschen zu einem Verzicht auffordere, funktioniert das nur über eine bestimmte Zeitspanne“, weiß Bruderermann. Vielmehr sollte die Perspektive vermittelt werden, dass der Betreffende einen attraktiven Tausch vollzieht. Ein Umstieg vom Auto aufs Fahrrad beispielsweise ist nicht nur umweltfreundlicher, sondern hat als zusätzlichen Benefit die Ersparnis der Fahrtkosten, keinen Stress im Autoverkehr und eine positive Wirkung auf Fitness und Körperform. Beim Propagieren eines nachhaltigen Verhaltens seien Schlagworte wie Einschränkung, Verzicht oder Verbot regelrechte Motivationskiller. Niemand möchte gerne Opfer bringen, das Gefühl eines Gewinnes kann hingegen manchmal Berge versetzen.

Bruderermann unterstreicht die Bedeutung von Aktivisten wie Hegenauer oder Eigenbrodt. Fast allein auf weiter Flur führen sie einen scheinbar aussichtslosen Kampf gegen träge Strukturen. Doch wohlfeile Gesetze und Verträge zwischen Staaten werden eine „grüne“ Transformation der Gesellschaft nicht per Knopfdruck erreichen können. „Soziale Prozesse funktionieren so nicht“, erläutert Bruderermann. Wie Eigenbrodt hält auch er es für unerlässlich, dass ein Wandel zu mehr Nachhaltigkeit niemanden benachteiligen darf. Zum anderen weist der Grazer Forscher auf die enorm wichtige Rolle von Vorbildern hin. Für viele Menschen sei ein ökologisches Lebensmodell eher abstrakt und wenig greifbar. Es brauche Geschichten und Narrative des Gelingens, die in den Köpfen der Skeptiker eine lebendige Vorstellung hervorrufen. Besonders Zahnärzte mit ihren Hunderten Patientenkontakten könnten sich als Botschafter für Nachhaltigkeit definieren. Gelegentlich ergäbe sich dann sicher die Möglichkeit, andere für Umweltthemen zu sensibilisieren.

Menschen in medizinischen Berufen genießen einen beträchtlichen Vertrauensvorsprung bei ihren Patienten und werden häufig als Leitbild wahrgenommen. Somit seien auch kleine tägliche Entscheidungen hin zu nachhaltigeren Alternativen nicht zu unterschätzen. Sie alle ebneten den Weg zu einem umweltfreundlichen Lifestyle, so wie es vor Jahrzehnten die ersten überzeugten Radfahrer und Veganer vorgelebt haben. Ihnen verdanke die heutige Gesellschaft ein besseres Radwegenetz und ein größeres Angebot an fleischlosen Lebensmitteln. Aktiv zu werden könne zudem ein probates Mittel gegen eine gefühlte Hilf- oder Machtlosigkeit sein: Wenn einerseits Prominente mit einem dekadenten Luxusleben prahlen und andererseits Autokraten durch kriegerische Konflikte katastrophale Zerstörungsszenarien verursachen.

### Ohnmacht erzeugt Wut und Angst

Mit Gefühlen von Hilflosigkeit ist auch die Psychologin Julika Walden regelmäßig konfrontiert. Bei Psychologists for Future redet sie mit anderen Aktivisten über emotionale Wechselbäder, die der tägliche Kampf für eine lebenswerte Zukunft mit sich bringt. Viele Klimaaktivisten belasten die düsteren Prognosen der Klimaforschung massiv, Wut und Angst sind die natürlichen Reaktionen auf die bedrohlichen Perspektiven. „Wir vermitteln den Menschen, dass diese Gefühle nicht verkehrt sind“, erklärt Walden. Allerdings dürfe sich niemand davon überwältigen lassen. Es gilt, Gewalt, Depressionen oder Resignation zu verhindern. Zwar bietet die 29-Jährige therapeutische Einzelgespräche an, doch meist helfen bereits Diskussionen in der Gruppe, um emotionale Krisen zu überwinden.

Dabei zeigt sich, wie wertvoll der Zusammenhalt in der Gemeinschaft ist. „Finden Sie Menschen, die Ihre Werte teilen“, appelliert die Würzburgerin. Das schone die eigenen Energiereserven und bringe einen immensen Wissenszuwachs. Als Zahnarzt biete sich eine regionale Gruppe von Health for Future oder KLUG (Deutsche Allianz Klimawandel und Gesundheit e.V.) an [16]. Einzelkämpfer kämen nicht nur langsamer voran, sondern könnten auch weniger effizient Druck auf politische Entscheidungsträger ausüben. Walden sieht in der Vorbildfunktion von Zahnärzten zwar einen wichtigen Hebel, doch die Bemühungen einzelner Personen bewertet sie als unzureichend für einen gesamtgesellschaftlichen Wandel.

„Nur politische Akteure können Rahmenbedingungen für eine nachhaltige Welt schaffen. Nötig ist dazu ein Sozialstaat, der Ungleichheit zunehmend abbaut“, so Walden. Aus psychologischer Sicht sei es hier besser, auf Anreize statt auf Bestrafung zu setzen. Appelle an egoistische Werte seien kontraproduktiv. Gerade vor dem Hintergrund immer lauter werdender populistischer Stimmen sollten amtierende Politiker mehr Mut zu klarer Kommunikation aufbringen. Wer konkrete, realistische Lösungen zur Bewältigung der Klimakrise einbringe und umsetze, habe die Chance, verlorenes Vertrauen in der Bevölkerung zurückzugewinnen. Der Politik müsse es gelingen, ein positives Wir-Gefühl aufzubauen. Nur so würden destruktive Kräfte an Einfluss verlieren und notwendige Umbauprozesse von der breiten Masse akzeptiert.



© privat

Angehende Psychotherapeutin Julika Walden

Literatur beim Verlag (djz@springer.com) oder online beim Beitrag (www.die-junge-zahnmedizin.de, „Begleitmaterial“)

### Dr. Mario Lips //

Diplombiologe, freier Journalist  
Todendorf 13, 23769 Fehmarn  
mariolips@web.de

