

# Ekolog też człowiek

Psychologia środowiskowa to jedna z dyscyplin nauki badających związek człowieka ze środowiskiem. Pomimo ugruntowanej pozycji w badaniach akademickich, jej osiągnięcia wciąż w niewielkim stopniu cieszą się zainteresowaniem praktyków ekologii. Warto to zmienić.

O ekologii mówi się w wielu kontekstach teoretycznych i kulturowych, co jak wiemy prowadzi do sporów o to, czym jest ekologia i kim są ekolodzy. Ciekawe miejsce w tej pojęciowej gmatwaninie zajmuje psychologia środowiskowa. Dyscyplina ta rozwijana jest w paradygmacie nauk empirycznych (styk nauk społecznych i przyrodniczych). Jej celem jest opis i zrozumienie oddziaływań zachodzących pomiędzy ludźmi a otaczających ich środowiskiem, wychodzi jednak poza wąsko rozumiane środowisko społeczne i ujmuje jego „fizyczne” elementy. Badanymi kontekstami naszych zachowań są tu takie aspekty środowiska, jak np. oświetlenie, hałas, pogoda, zatłoczenie. Analizowane są też całe konglomeraty tych czynników, stanowiące o tym, co nazywamy środowiskiem – zarówno naturalnym, jak i tym zbudowanym przez człowieka (miasta, wnętrza budynków). Badaczy ciekawi, jak środowisko wpływa na zachowanie człowieka, a także jak człowiek przekształca swoje otoczenie.



Mieszkańcy miast czas wolny lubią spędzać poza nimi. Psychologia środowiskowa stara ich motywy poznać i opisać naukowo. Fot. Małgorzata Więckowicz

Tematy te podejmowane są przez inne dziedziny poznania, w tym inne działy psychologii. Tym, co wyróżnia psychologię środowiskową spośród pokrewnych nauk empirycznych, jest holistyczne ujmowanie związku pomiędzy ludźmi a ich środowiskiem, jak również implikacyjny (zorientowany na praktyczne zastosowanie) charakter badań. Nauka o takiej charakterystyce powinna zaciekać osoby nie tylko zainteresowane możliwie szerokim poznaniem relacji człowieka i środowiska, ale również kształtowaniem ich wzajemnych relacji.

## Co środowisko może zrobić dla ciebie?

Stykając się z nauką, czy to w czasach szkolnych, na studiach, czy później – w życiu publicznym, często konfrontowani jesteśmy z zastanymi i niepodważalnymi prawdami. Nauka jest jednak dynamiczna, to nieprzerwany proces tworzenia i obalania teorii, coraz lepiej pozwalający opisywać i przewidywać obserwowane fakty. Podobnie jak inne działy psychologii, również psychologia środowiskowa buduje swoje teorie w oparciu o różne kategorie badań: opisowe, korelacyjne i eksperymentalne. Badania opisowe wskazują na zmienność zjawisk – ludzie różnią się między sobą, jak również odmiennie postępują w różnych sytuacjach, np. różnie mogą oceniać atrakcyjność punktu widokowego. Naukowiec, zauważywszy takie różnice, stara się je wyjaśnić.

Mogą temu służyć, z pewnymi obostrzeniami, badania korelacyjne. I tak zadowolenie z górskich widoków możemy badać czasem spędzonym przez poszczególne osoby w punkcie widokowym przy różnej przejrzystości powietrza. W badaniach korelacyjnych jednak nie wiemy nigdy na pewno, który z badanych czynników jest przyczyną, a który skutkiem, ani czy nie działa czynnik trzeci. Na przejrzystość powietrza wpływ może mieć przecież natężenie ruchu turystycznego (ruch samochodowy, niska emisja z ogrzewania węglem góralskich kwater), a na czas poświęcony kontemplacji widoków wpływ może mieć np. temperatura powietrza. Dość zabawnym, sztandarowym przykładem zagrożeń, jakie niesie mówienie o zależnościach pomiędzy skorelowanymi czynnikami, jest silny korelacyjny związek pomiędzy liczebnością populacji bocianów a przyrostem naturalnym

w danym kraju (oba zależą od stopnia industrializacji).

W celu uniknięcia takich, niekoniecznie zabawnych pomyłek, potrzebny jest eksperyment, to znaczy badania, w którym naukowcy kontrolują elementy interesującej nas sytuacji. Często niemożliwe lub nieetyczne jest dokładne odwzorowanie sytuacji naturalnej (np. manipulowanie zanieczyszczeniem powietrza, badanie skutków klęsk żywiołowych). Budowanie i przeprowadzanie ciekawych i wnoszących eksperymentów jest więc dużą trudnością, ale również wielką frajdą dla naukowców. W przypadku oceny wpływu zanieczyszczeń powietrza na ocenę atrakcyjności widokowej rozwiązanie jest dość proste, można się posłużyć np. zdjęciami wykonanymi przy różnym zanieczyszczeniu powietrza, a o ocenę widoków na zdjęciach prosić w kontrolowanych, „laboratoryjnych” warunkach. Inne badania wymagają więcej pomysłowości i środków. Za przykład może tu posłużyć eksperyment Johna B. Calhouna, który na początku lat 60. badał wpływ zagęszczenia osobników populacji na zachowania jej członków.

Calhoun w badaniach tych wykorzystał gryznie, dla których stworzył „Wszechświat” – zamknięte sztuczne środowisko bez drapieżników i z nieograniczoną ilością pożywienia i materiału na gniazda. W poszczególnych wersjach eksperymentu wszechświat różnił się architekturą (ilością i ułożeniem zagród) i gatunkiem mieszkańców (szczury lub myszy). Niezależnie od wariantu eksperymentu, po przekroczeniu pewnej granicznej wartości zagęszczenia populacji badacz zaobserwował coś, co nazwał „bagnem behawioralnym”. Gryznie w zatłoczonych „Wszechświatach” nie były w stanie podejmować złożonych zachowań, takich jak łączenie w pary, wychowywanie młodych, ochrona terytorium, tworzenie grup. W kolejnych etapach rozwoju populacji, zachowania zwierzęta były agresywne (podejmowały dziwaczne zachowania seksualne, szerzył się wśród nich kanibalizm) lub też przeciwnie – ich zachowanie pozbawione było jakichkolwiek interakcji między osobnikami (tworzenie jednopłciowych stad osobników ograniczających aktywność do jedzenia i picia oraz pielęgnacji futra). Mimo nieograniczonych zasobów tych utopijnych „Wszechświatów”, we wszystkich z nich obserwowano podobny scenariusz, prowadzący do ostatecznego wymarcia populacji. Badania te były niezwykle ważne dla rozwoju psychologii i innych dyscyplin, np. socjologii miast, uzmysławiając możliwe konsekwencje przeludnienia dla zachowań społecznych.

Innym pomysłowym eksperymentem posłużyli się Denis Middlemist i jego współpracownicy, badając wpływ naruszenia przestrzeni osobistej na pobudzenie (stres) ludzi. Badanie przeprowadzono w męskiej toalecie, zaopatrzonej w trzy pisuary. Użytkownikowi pisuaru przeszkadzał pomocnik eksperymentatora, który „towarzyszył” mu z niewielkiej lub umiarkowanej odległości (wybierając jedno z dwóch wolnych stanowisk). Sam eksperymentator przebywał w kabinie i przy pomocy peryskopu (ukrytego w położonej na podłodze stercie książek) obserwował i notował czas trwania i opóźnienie w oddawaniu moczu osoby badanej. Zgodnie z oczekiwaniami badaczy, w sytuacji naruszenia przestrzeni osobistej wywołano stres, który przejawiał się opóźnionym i krótszym „sikaniem”. Z pewnością dla części osób badanie to może być kuriozalne i nie mające nic wspólnego z ekologią. Faktycznie, badanie to często przytaczane jest jako przykład eksperymentu nieetycznego, gdyż naruszało prywatność i wywołało stres u osoby badanej bez wcześniejszej jej świadomej zgody, co jak widać jest nadal uważane za bardziej haniebne niż wywoływanie u gryzoni stresu prowadzącego do kanibalizmu... Jeśli zaś chodzi o ekologię, to każdy znający realia otoczenia leśnych parkingów czy pól namiotowych przyzna, że warto takie badania przeprowadzić choćby po to, by budować toalety zmniejszające ewentualny stres użytkowników (np. z przepierzeniami), a tym samym bardziej atrakcyjne wobec „leśnej alternatywy”.

Powyższe eksperymenty należą do najbardziej głośnych, czy to ze względu na swój wpływ, czy na dyskusyjną procedurę badawczą. Niemniej na gruncie psychologii środowiskowej przeprowadzono tysiące innych badań. Wiele z nich mimo poświęconego nakładu pracy i ciekawych wyników nie odniosło takiego sukcesu „marketingowego”. Przykładem takich studiów (korelacyjnych, opartych o dane archiwalne) jest dokonany przez Gorasona i Kinga przegląd temperatury powietrza

atmosferycznego w dniu wybuchu zamieszek (jak również w poszczególnych dniach poprzedzających i następujących po nim). Zestawienie danych o temperaturach w latach z zamieszkami w danym regionie z temperaturami w latach bez zamieszek, wskazuje, że dni wybuchu aktów zbiorowej agresji i przemocy charakteryzowała zdecydowanie wyższa temperatura („efekt długiego, gorącego lata”). Pół żartem, pół serio można więc powiedzieć, że ekologów z doliny Rospudy przed agresją odwiedzających ich „kontrmanifestantów” uratowało mroźne, zimowe powietrze. Ale faktycznie przy planowaniu pokojowych manifestacji biernego oporu należy uwzględnić porę roku i panujące temperatury. Wspomniane badania sugerują, że okresy wyższych temperatur, zwłaszcza szczytowe dni upałów, są okresem zwiększonego zagrożenia agresywnymi zachowaniami – po każdej ze stron!

Wspomniane badania są tylko wąskim, niereprezentatywnym wycinkiem z szerokiego pola zainteresowań, w obrębie których psychologia środowiskowa stawia pytania i formułuje hipotezy. Co ludzi pociąga w przyrodzie? Jak tereny zielone pomagają regenerować nasze zdolności poznawcze? Czy katastrofy i zanieczyszczenia pozostawiają w ofiarach więcej szkód materialnych, społecznych czy psychicznych? Dlaczego ludzie przeprowadzają się na przedmieścia? Jak planować przestrzeń publiczną i budynki użyteczności, aby najlepiej spełniały swe funkcje? Jak organizować środowisko nauki i pracy? I wiele innych pytań.

## **...co ty możesz zrobić dla środowiska?**

Psychologia środowiskowa, poza ich zrozumieniem, stara się również rozwiązywać problemy na linii człowiek-środowisko. Jako że psychologia środowiskowa wyodrębniła się jako dyscyplina w drugiej połowie XX w., jej rozwój przypada na okres, w którym człowiek wywiera znacznie większy wpływ na środowisko naturalne, niż ono na niego, przynajmniej w krajach rozwiniętych. Zważywszy na implementacyjne nastawienie badań psychologii środowiskowej nie powinno więc dziwić, że wiele uwagi poświęcono w nich kwestii ocalenia środowiska.

Przegląd tych badań i ich wniosków prowadzi do kilku konkluzji – niekoniecznie optymistycznych. Podstawowym wnioskiem jest zapewne to, że niszczenie środowiska naturalnego wynika z *błédnego* przekonania, iż związane z nim krótkoterminowe zyski osobiste przewyższają długoterminowe społeczne straty. Sytuacje takie nazywa się pułapką społeczną, gdyż trudno ich uniknąć, a początkowe zyski prowadzą z czasem do rosnących strat, jednak trudno jest już się z nich wycofać.

W psychologii środowiskowej używa się metafory „tragedii wspólnego pastwiska”, nawiązując do tytułu publikacji amerykańskiego ekologa Garetta Hardina z 1969 r. Opisał on w niej, na przykładzie pastwisk, jego zdaniem nieunikniony proces dewastacji wspólnych zasobów. Stwierdził, że o ile na własnych pastwiskach gospodarze dbali o to, by pogłowie bydła nie powodowało niszczenia darni, o tyle na pastwiskach wspólnych (gminnych) chcieli oni maksymalizować swoje zyski, intensyfikując wypas, co doprowadzało do zniszczenia tych użytków zielonych – a więc ostatecznie maksymalizacji wspólnych strat. Na szczęście istnieje wiele skutecznych sposobów zarządzania wspólnotowym dobrem, pozwalających na jego zrównoważone wykorzystywanie – Elinor Ostrom, zeszłoroczna laureatka Nagrody Nobla z ekonomii, zajmuje się badaniem tego problemu.

Z badań psychologów środowiskowych wynika, że można między innymi maksymalizować krótkoterminowe koszty (np. podwyższając opłatę za zmieszane odpady z gospodarstwa domowego) i minimalizować koszty zachowań prośrodowiskowych (np. zapewniając darmowy odbiór posegregowanych śmieci), uświadamiać ludziom wzajemną współzależność i długookresowe koszty trwonienia wspólnych zasobów (np. obecna telewizyjna kampania edukacyjna „Grzech ekologiczny”). Skuteczną interwencją jest też informacja zwrotna, dotycząca stopnia wykorzystania wspólnego dobra (np. emisyjność poszczególnych modeli samochodów). Psychologia środowiskowa dostarcza jeszcze wielu innych pomysłów na ochronę środowiska naturalnego, jako że tragedia wspólnego

pastwiska jest jednym z częstszych przedmiotów jej badań.

Niestety z tych samych badań wynika jednocześnie, że prowadzona w dobrej wierze edukacja ekologiczna często nie przekłada się na zachowania proekologiczne. To, że „postawa jest złym predyktorem zachowań” jest zjawiskiem bardzo dobrze zbadanym i ugruntowanym w wynikach wielu badań. Chyba najbardziej spektakularne z nich przeprowadzili John M. Darley i Daniel Batson – wykazali oni, że studenci teologii śpieszący się, by wygłosić referat o przypowieści o Dobrym Samarytaninie, nie udzielali pomocy osobie leżącej na ich drodze. Nie znaczy to oczywiście, że nie ma żadnego związku pomiędzy postawą a zachowaniem, albo że wszyscy jesteśmy hipokrytami. Po prostu związek ten nie jest tak bezpośredni, jak by się mogło zdroworozsądkowo wydawać i można wskazać wiele czynników wpływających na „wyrażanie” postawy w zachowaniach.

## **Świat do góry nogami, czyli jak stworzyć ekologa stopą w drzwiach**

Zdaniem części badaczy, najlepszym sposobem na wyjaśnienie związku pomiędzy postawą a zachowaniem jest przyjęcie, że w rzeczywistości to postawa jest następstwem zachowania, a nie na odwrót. Teoria postrzegania siebie, autorstwa Deryla Bema, tłumaczy to tym, że sądy na własny temat wyciągamy tak samo, jak na temat innych osób – obserwując zachowanie wnioskujemy, jaka postawa je wywołała. Skoro więc wiemy z obserwacji siebie, że podejmujemy działania prośrodowiskowe, znaczy to, że mamy prośrodowiskowe postawy. Inne podejście zaproponował Leon Festinger. Festingerowski dysonans poznawczy to jeden z najlepiej rozwiniętych konstruktywów teoretycznych na polu psychologii. Przez dysonans ten rozumie się nieprzyjemne napięcie związane z utrzymywaniem w umyśle dwóch sprzecznych myśli lub sądów. Szczególnie staramy się o spójność z generalnymi sędziami o własnej osobie – zwłaszcza z przekonaniem „zachowuję się racjonalnie”. Ludzie są w stanie dokonać naprawdę zadziwiających rzeczy, aby utrzymać przekonanie o racjonalności własnych zachowań. Jeśli więc ktoś poświęcił choć trochę wysiłku czy czasu na podjęcie działań prośrodowiskowych, np. kilka razy selekcionował śmieci i zaniósł je do odpowiednich pojemników, bardzo trudno takiej osobie twierdzić, że selektywna zbiórka odpadów jest bezsensowna, a oszczędność zasobów naturalnych jest dla niej lub niego nieistotna, bo w takim razie znaczyłoby to, że wcześniejsze zachowanie było nieracjonalne. Natomiast, jeśli osoba taka sądzi lub zacznie sądzić, że ochrona środowiska jest ważna, to nie musi zmagać się z nieprzyjemnym dysonansem poznawczym.

Jak więc stworzyć ekologa? Najprościej zastosować powszechnie znaną i często stosowaną technikę „stopy w drzwiach”. Polega ona na zwróceniu się z niewielką prośbą, której spełnienie nie wymaga niemal żadnego wysiłku, a następnie po pewnym czasie (co najmniej kilku tygodni) ze znacznie większą prośbą. Wykazano niezbicie, że taka procedura znacząco zwiększa szanse na pozytywną odpowiedź na większą prośbę, w porównaniu z sytuacją, gdyby od razu poprosić o tę większą przysługę. W ten sposób w badaniach uzyskano większą skuteczność recyklingu (duża prośba) dzięki temu, że wcześniej osoby biorące udział w selektywnej zbiórce podpisały petycję w tej sprawie do władz (mała prośba).

Ktoś, kto spędza codziennie czas na segregowaniu śmieci i poświęca pewną część swojego lokum na osobne ich magazynowanie, ma dużą trudność w racjonalnym wytłumaczeniu swojego zachowania, chyba że zacznie myśleć o sobie jako o „ekologu”.

Przyjmując powyższe rozumowanie, trzeba uznać, że edukacja ekologiczna powinna promować zachowania, poczynając od tych najmniejszych, zamiast bombardować odbiorcę wielkimi słowami albo, co gorsze, liczbami.

Gorąco zachęcam do lektury podręczników psychologii środowiskowej czy też czasopism jej poświęconych (np. „Environment and Behavior”), a tym samym do poszerzenia rozumienia swojej relacji ze środowiskiem i jego skuteczniejszej ochrony.

Analiza i interwencja psychologiczna nie może w ochronie środowiska zastąpić norm społecznych, wyrażających szacunek i troskę o otaczający nas świat, których przejawem jest stanowienie dobrego i egzekwowalnego prawa, podejmowanie mądrych decyzji administracyjnych i biznesowych oraz wdrażanie nowoczesnych technologii. Warto jednak pamiętać, że w gąszczu przepisów i zawiłości rozwiązań inżynierskich zawsze chodziło i chodzi o człowieka. Jak ujął to Philip G. Zimbardo: *Ważne jest, abyśmy wszyscy zdali sobie sprawę z tego, że chociaż problemy ekologiczne często przedstawia się jako problemy fizycznych zasobów środowiska, to jednak w ostatecznym rozrachunku kluczem, zarówno do zrozumienia, jak i rozwiązania tych problemów, są ludzie.*

Paweł Żyła