


A katasztrófákra való felkészülés és az éghajlatváltozáshoz való alkalmazkodás az emberi magatartás dimenziójában

Human behaviour dimension of disaster preparedness and climate change adaptation

Dr. Sáfár Brigitta

Magyar Vöröskereszt országos katasztrófavédelmi szakmai vezető

Email: brigitta.safar@voroskereszt.hu

ORCID: 0000-0001-9882-6350 

Bevezetés

A katasztrófák, legyenek azok természeti vagy ember által okozott események, alapjaiban változtathatják meg a közösségeket és egyéneket. Az ilyen helyzetekre való felkészülés nemcsak a fizikai infrastruktúra és anyagi források biztosítását jelenti, hanem mélyen érinti az emberi viselkedést, az egyéni és közösségi döntéshozatalt, valamint az emberi kapcsolatok dinamikáját. Fontos tehát átlátni, hogyan befolyásolják a katasztrófákra való felkészülést az emberi pszichológia, a társadalmi normák és a kulturális tényezők, valamint, hogy milyen eszközökkel segíthető elő a hatékonyabb felkészülés. A katasztrófákra való felkészülés során az emberi viselkedés és társadalmi dinamikák kiemelkedő szerepet játszanak. E viselkedési minták gyakran tanulmányozhatók a múltbéli eseményekből, amelyekből értékes tanulságok vonhatók le. A tapasztalatok megvilágítják, hogyan reagáltak az emberek a katasztrófákra, és milyen tanulságokat hordoznak ezek az események a felkészülés szempontjából. A klímaváltozás egyre jelentősebb szerepet játszik a természeti katasztrófák előfordulásában és intenzitásában. Az ehhez kapcsolódó emberi viselkedés, legyen szó megelőző intézkedésekről, alkalmazkodásról vagy a katasztrófákra való reagálásról, kritikus tényezővé vált.

Introduction

Disasters, whether natural or man-made, can fundamentally transform communities and individuals. Preparing for such situations means not only providing physical infrastructure and material resources, but also profoundly affecting human behaviour, individual and community decision-making and the dynamics of human relationships. It is therefore important to understand how human psychology, social norms and cultural factors influence disaster preparedness, and what tools can be used to facilitate more effective preparedness. Human behaviour and social dynamics play a prominent role in disaster preparedness. These behavioural patterns can often be studied from past events, from which valuable lessons can be drawn. Experience sheds light on how people have responded to disasters and what lessons these events have for preparedness. Climate change is playing an increasingly important role in the occurrence and intensity of natural

disasters. The related human behaviour, be it prevention, adaptation or response to disasters, has become a critical factor.

Kulcsszavak: katasztrófa, felkészülés, klíma-adaptáció, emberi viselkedés, reziliencia

Keywords: disaster, preparedness, climate adaptation, human behaviour, resilience

Az emberi viselkedés katasztrófákhoz és klímaváltozáshoz kapcsolódó befolyásoló tényezői

Az Európai Bizottság Viselkedéskutató Kompetencia Központja viselkedéstudományi szemszögből vizsgálja az egyének katasztrófahelyzetekben tanúsított viselkedését, és azonosítja a katasztrófákra való felkészültség és a társadalmi ellenálló képesség növelését szolgáló tényezőket.[1] A vizsgálandó releváns kérdések szerteágazóak: kockázatérzekeles, kommunikáció, a kommunikációra adott válasz stb. Számos tényező befolyásolja a vészhelyzetekre adott reakciókat, például az egyének hatóságokba vetett bizalma, a téves információk elterjedtsége, az egyén mennyire felkészült egy adott katasztrófára, és mit tesznek mások ugyanabban a helyzetben.

A viselkedéstudományi kutatások megállapították, hogy a környezetükben fennálló kockázatokról való egyszerű tájékoztatás nem elegendő ahhoz, hogy az embereket a katasztrófákra való felkészülésre motiválja, és hogy az emberek hajlamosak alulreagálni válsághelyzetekben, ha a helyzet nem egyértelmű és bizonytalanok abban, hogyan reagáljanak.[2] A felkészültség javítását célzó stratégiák és a reagálásra vonatkozó útmutatás nyújtása hatékony eszköz lehet az egyének válsághelyzetben való reagálási képességének javítására.

1. Pszichológiai tényezők

Az emberi viselkedés és pszichológia alapvető tényezők a katasztrófákra való felkészülés során. Az emberek döntéseit gyakran irracionális tényezők befolyásolják, különösen stresszes vagy bizonytalan helyzetekben. A katasztrófákat nagyfokú bizonytalanság, időbeli változások és összetettség jellemzi. Minden döntésünket az adott helyzet alakítja, amelyben vagyunk, nem egy légtüres térben hozzuk meg.

- **Kognitív torzítások**

Az emberek hajlamosak alábecsülni a katasztrófa valószínűségét és súlyosságát, ami az úgynevezett optimista torzítás eredménye. Ez a gondolkodási hiba ahhoz vezethet, hogy sokan nem tesznek meg alapvető előkészületeket, például nem készítenek veszélyhelyzeti készletet, vagy nem ismerik a helyi evakuációs terveket. [3] Továbbá az elhanyagolási torzítás miatt az emberek gyakran nem vesznek tudomást olyan fenyegetésekről vagy félreértik az alacsony valószínűségű, ám nagy hatású természeti katasztrófák jelentette veszélyt, mert látszólag távoliak vagy ritkán fordulnak elő. Számos kutatás során megállapították, hogy az emberek nehezen tudják értékelni az alacsony valószínűségű eseményeket. Az eredmény: az emberek hajlamosak ezeket a valószínűségeket vagy nagymértékben túlsúlyozni, vagy teljesen figyelmen kívül hagyni.

- **Stressz és szorongás**

A katasztrófákra való felkészülés gondolata sokaknál szorongást válthat ki, ami elkerülő viselkedést eredményezhet.[4] Ahelyett, hogy aktívan készülnének, egyesek inkább elkerülik a témát, mert nem akarnak szembesülni a fenyegetés realitásával.

- **Önhatékonyság érzése**

Az egyén katasztrófára való felkészülési hajlandóságát jelentősen befolyásolja az, hogy mennyire érzi képesnek magát a hatékony cselekvésre. Azok, akik úgy érzik, hogy nincs hatalmuk a helyzet

befolyásolására, gyakran passzívan állnak hozzá a felkészüléshez. Más esetben előfordulhat optimizmus torzítás is: az a meggyőződés, hogy a rossz dolgok kisebb valószínűséggel történnek velünk, mint másokkal; túlbecsüljük túlélési képességünket és alábecsüljük a kockázatokat és figyelmen kívül hagyjuk a nyilvános figyelmeztetéseket. A veszély figyelmen kívül hagyása vagy pontatlan érzékelése és a tétlenség az egyik fő tényező lehet, amely csökkenti a túlélés esélyét vészhelyzetben.

2. Közösségi és társadalmi tényezők

Az emberek viselkedése erősen függ a társadalmi normáktól és a közösségi kapcsolatoktól. A közösségek támogató rendszerei és a társadalmi összetartás kulcsszerepet játszanak a felkészülés sikerességében.

- Társadalmi normák

A társadalmi normák meghatározzák, hogy mi számít elfogadott viselkedésnek. Ha egy közösségben a katasztrófákra való felkészülés nem prioritás, az egyének kevésbé lesznek hajlandóak cselekedni.[5] Ezzel szemben, ha a közösség aktívan támogatja a felkészülési intézkedéseket, például rendszeres gyakorlatokat vagy közös vészhelyzeti tervezést, az emberek nagyobb valószínűséggel vesznek részt ezekben.

- Társadalmi kapcsolatok

A katasztrófákra való felkészülés sikeressége nagymértékben múlik az egyének közötti kapcsolatok erősségén. Azok, akik szoros kapcsolatokkal rendelkeznek a közösségükben, gyakrabban kérnek és kapnak segítséget. A bizalom és a szolidaritás erősíti a közösségi cselekvést.

- Információmegosztás

A közösségekben a pontos és időszerű információk megosztása alapvető fontosságú. A pletykák vagy félrevezető információk terjedése azonban csökkentheti a felkészülés hatékonyságát, és pánikot okozhat.[6] Az álhírek jelentős hatással lehetnek a lakosság reakcióira katasztrófák során, gyakran súlyosbítva a helyzetet az információk félrevezetése, a pánik előidézése és a hatékony válaszlépések akadályozása révén. Álhírek terjeszthetnek téves információkat arról, hogy egy adott terület nem veszélyeztetett, ami miatt az emberek nem teszik meg a szükséges óvintézkedéseket. Ennek ellenkezőjeként hamis információk olyan veszélyekre összpontosíthatnak, amelyek nem relevánsak, elterelve a figyelmet a valódi fenyegetésekről. Az álhírek gyakran dramatizálják a helyzetet, ami pánikot vagy irracionális viselkedést válthat ki a lakosság körében. A dezinformáció alááshatja a hatóságok és szakértők hitelességét, akadályozva a hatékony kommunikációt. Az álhírek és dezinformáció elleni hatékony fellépés a média, az állam és a civil társadalom közös felelőssége, különösen olyan helyzetekben, amikor a pontos információk életet menthetnek.

3. Kulturális és vallási hatások

A kultúra és a vallás mélyen befolyásolja az emberek hozzáállását a katasztrófákhoz és az azokra való felkészüléshez. Ezek a tényezők meghatározzák, hogyan érzékelik az emberek a veszélyeket, és milyen viselkedést tartanak megfelelőnek. A hiedelmek és attitűdök is kulcsfontosságú tényezők az emberi viselkedés során. Egyes kultúrákban a katasztrófák isteni büntetésként vagy próbatételként jelennek meg, ami passzív hozzáállást eredményezhet. Más közösségekben viszont a túlélés és az önfenntartás erős értékek, ami aktív felkészülést ösztönöz.

4. Oktatás és tudatosság

Az oktatás és a tudatosság növelése alapvető fontosságú a katasztrófákra való felkészülésben. Az emberek viselkedése jelentősen javítható megfelelő információval és gyakorlati képzésekkel, akár már gyermekkorban iskolai és ifjúsági közösségi programokkal. Az iskolák fontos szerepet játszanak a katasztrófákra való felkészítésben. Az olyan oktatási programok, amelyek a gyermekek

számára érthető módon mutatják be a veszélyeket és a megfelelő viselkedést, hosszú távon jelentősen növelhetik a közösség ellenálló képességét.[7]

A rendszeres szimulációk és gyakorlatok segítenek az embereknek megtanulni, hogyan reagáljanak veszélyhelyzetekben. Ezek az események nemcsak a tudatosságot növelik, hanem csökkentik a bizonytalanságérzés lehetőségét is.

5. Technológiai innovációk és viselkedési változások

A modern technológia új lehetőségeket kínál a katasztrófákra való felkészülésben, ugyanakkor kihívásokat is teremt az emberi viselkedés szempontjából. A korai figyelmeztető rendszerek nem számítanak újdonságnak, ugyanakkor a közösségekhez való kapcsolódásuk nagy mértékben megváltozott a közösségi média térhódításával.

Az olyan eszközök, mint a mobiltelefonos figyelmeztetések vagy a közösségi média, gyors információmegosztást tesznek lehetővé. Azonban az információ hitelességének biztosítása és a pánik elkerülése kulcsfontosságú. Az új technológiák, mint amilyen a virtuális valóság (VR) lehetővé teszi az emberek számára, hogy biztonságos környezetben gyakorolják a katasztrófákra való reagálást. Ez javítja a felkészültséget, és segít az embereknek magabiztosabbá válni.

6. Pszichológiai támogatás a felkészülés során

A katasztrófákra való felkészülés folyamata érzelmileg megterhelő lehet. Többen korábbi katasztrófákból, krízishelyzetekből hordoznak magukban pszichés sérüléseket. Annak érdekében, hogy a katasztrófákhoz kapcsolódó félelmeket képesek legyenek eloszlatni és passzív áldozatból, aktív önmentőképességgel rendelkező egyénekké válni [8], fontos a pszichológiai támogatás biztosítása az egyének és közösségek számára.

- Mentális egészség támogatása

A felkészülés során különösen fontos, hogy az emberek hozzáférjenek mentális egészségügyi szolgáltatásokhoz. A stresszkezelési technikák tanítása és a támogató csoportok kialakítása segíthet a szorongás csökkentésében.[9]

- Közösségi támogatás

A közösségi összetartás erősítése jelentősen csökkentheti az elszigeteltség érzését, és növelheti a közösség ellenálló képességét, rezilienciáját.[10]

7. A jövő kihívásai és lehetőségei

A katasztrófákra való felkészülés viselkedési aspektusainak megértése folyamatos fejlődést igényel. Az új technológiák, a globális együttműködés és az egyre pontosabb viselkedési kutatások lehetőséget teremtenek a hatékonyabb felkészülési stratégiák kialakítására.

- Klímaváltozás és új veszélyek

A klímaváltozás miatt a katasztrófák előfordulási gyakorisága és intenzitása nő, ami új megközelítéseket igényel. Az emberek viselkedésének megváltoztatása ezen új fenyegetésekhez való alkalmazkodás érdekében kulcsfontosságú.

Az elmúlt években egyre többen tapasztalnak „klímaszorongást”, amely a klímaváltozás jövőbeni hatásaitól való félelmet jelenti.[11] A pszichológusok és közösségi szervezetek külön programokat indítottak, amelyek célja, hogy pozitív cselekvésekre ösztönözzék az embereket, például fenntarthatóbb életmódra vagy közösségi aktivizmusra.

- Globális együttműködés

A nemzetközi szervezetek és országok közötti együttműködés erősítése segíthet a legjobb gyakorlatok megosztásában és a közös felkészülésben. A nagy nemzetközi szervezetek közötti globális együttműködés a katasztrófák kezelésében kiemelkedően fontos, mivel a katasztrófák

általában országhatárokon átívelő következményekkel járhatnak. A katasztrófák kezelése során a nemzetközi szervezetek közötti együttműködés kritikus fontosságú a hatékony reagálás, a kárenyhítés és a helyreállítás érdekében. Az ilyen partnerségek a források megosztását, a szakértelem cseréjét és a globális szolidaritást szolgálják, különös tekintettel a klímaváltozásból eredő növekvő kihívásokra. [12]

Összefoglalás és következtetés

A katasztrófákra való felkészülés nem csupán technikai és logisztikai kérdés, hanem mélyen emberi probléma, amely az egyéni és közösségi viselkedést egyaránt érinti. Az emberi pszichológia, a társadalmi normák, a kulturális tényezők és az oktatás mind meghatározó szerepet játszanak abban, hogy mennyire hatékonyan tudnak az emberek felkészülni a váratlan eseményekre. Az e területen végzett további kutatások és a közösségek támogatása révén egy ellenállóbb és felkészültebb társadalom alakítható ki. Az emberi pszichológia és társadalmi dinamika megértése nélkülözhetetlen a hatékony katasztrófamegelőzés és -kezelés szempontjából, különösen az egyre gyakoribb és intenzívebb katasztrófák korában. A klímaváltozás hatásainak kezelésében az emberi viselkedés, a társadalmi dinamika, a technológiai alkalmazkodás és a pszichológiai támogatás egyaránt kritikus szerepet játszanak. Az egyéni tudatosság növelése, a közösségi összefogás ösztönzése és a technológiai innovációk használata kulcsfontosságú a klímaváltozás kockázatainak mérséklésében.

Irodalomjegyzék

- [1] Alt M., Bruns H., Della Valle N., Murauskaite-Bull I. Synergies of interventions to promote pro-environmental behaviors – A meta-analysis of experimental studies, *Global Environmental Change – Human and Policy Dimensions*. ISSN 0959-3780, 84, 2024, p. 102776, JRC130163.
- [2] Rosnow R L, Yost J H, Esposito J L. 1986. Belief in rumor and likelihood of rumor transmission,. *Language & Communication*, Volume 6, Issue 3, 1986. pp. 189-194.
- [3] Quarantelli, E. L. 1997. Ten criteria for evaluating the management of community disasters. *Disasters*, 21(1), 2008. pp. 39–56.
- [4] Regal, S.; Lessard, N., 2008. Critical Incident Stress Management in a humanitarian context. *Coping With Crisis*. IFRC. Geneva, 2008/III. pp. 5-8.
- [5] Dynes, R. R. 2006. Social capital: Dealing with community emergencies. *Homeland Security Affairs*. The Journal of the NPS Center for Homeland Defense and Security. 2(2). 2006.
- [6] Pennycook G., Binnendyk J., Newton C., Rand D.G. 2021. A Practical Guide to Doing Behavioral Research on Fake News and Misinformation. *Collabra: Psychology*. 2021. 7 (1): 25293.
- [7] Cutter S. L., Finch, C. 2008. Temporal and spatial changes in social vulnerability to natural hazards. *Proceedings of the National Academy of Sciences*. 105(7) 2008. pp. 2301–2306
- [8] Muhoray Á., Muhoray R., 2022. Áldozati mentalitás és félelmek katasztrófahelyzetekben In: Hábermayer, Tamás; Varga, István; Ackermann, Zsuzsanna (szerk.) *Katasztrófák, következmények, segítők és áldozatok*. Szekszárd, Magyarország, Tolna Megyei Katasztrófavédelmi Igazgatóság (2022) 145 p. pp. 93-102., 10 p.

[9] Shultz J M, Forbes D., 2014. Psychological first aid: rapid proliferation and the search for evidence. *Disaster Health*, Vol. 2, Issue 1, 2014. pp. 3–12.

[10] Sáfár B, Hornyacsek J., 2011. A Vöröskereszt és Vörösféldhold Társaságok Nemzetközi Szövetségének pszicho-szociális támogató programja *Műszaki Katonai Közlöny* 2011. Különszám, pp. 35-50. o. ZMNE, Budapest, ISSN:1219-4166

[11] O'Brien, K., Sygna, L. 2013. Responding to climate change: The three spheres of transformation. *Environmental Science & Policy*, Issue 28, 2013. pp. 56–64.

[12] Van der Linden, S. 2015. The social-psychological determinants of climate change risk perceptions: Towards a comprehensive model. *Journal of Environmental Psychology*. Issue 41. 2015. pp. 112–124.