



Svenska Dagbladet

Foto: G. Månsson

Krogguiden: Liberdades prisvärda vardagsmiddagar en fullträff.

■ Mat&dryck | Sid 28-29



Mårten Schultz: Svenonius reform är omöjlig – men tanken om skadestånd kan vara intressant på andra håll.

■ Nyheter | Sid 16



Tysklands förbundskansler Olaf Scholz hukar sig under en stridsvagn av modellen Leopard 2. Foto: Ronny Hartmann/AFP/TT

Flera länder skickar stridsvagnar – nytt skede i kriget enligt expert

■ Efter Tysklands besked om att man skickar stridsvagnar till Ukraina har flera länder följt efter. Stridsvagnarna kan få stor betydelse i Ukrainas motoffensiv, men militär-

experten Joakim Paasikivi varnar också för att de tunga fordonen kan vara påfrestande för infrastrukturen.

Nyheter | Sid 8-10

Friande dom för Bonnesen

Den tidigare Swedbank-vid:n Birgitte Bonnesen frias från anklagelserna om grovt svindleri och röjande av insiderinformation. Åtalet har handlat om huruvida Bonnesen mörkade att Swedbank hade problem med att motverka penningtvätt i Estland under åren 2007 till 2015.

■ Näringsliv | Sid 6



Foto: Emmalisa Pauly

Christine Wamslers leder kurser vid Lunds universitet.

Klimatkris kräver inre omställning

Professorn Christine Wamslers har blivit internationellt känd för sin forskning om att inre omställning spelar en lika stor roll som tekniska framsteg för att nå hållbarhetsmålen.

■ Idagsidan | Sid 24-25

Kontakta SvD
www.SvD.se

■ Vd, chefredaktör och ansvarig utgivare Anna Careborg ■ Politisk chefredaktör Tove Lifvendahl ■ Redaktionschefer och stf ansvariga utgivare Martin Ahlquist och Daniel Kederstedt ■ Växel 08-13 50 00
■ E-post fornamn.efternamn@svd.se ■ Postadress SvD, 105 17 Stockholm ■ Besöksadress Västra Järnvägsgatan 21, Stockholm ■ Ny prenumeration 08-618 02 20, SvD.se/prenumerera ■ Prenumerations-
ärenden 08-618 02 20, SvD.se/kundservice ■ ANNONSER Företag 08-13 50 00 annonsbokning@svd.se ■ Privatannonser 08-13 00 10 privatannonser@svd.se ■ Tryck Bold Printing Stockholm, Jönköping © 2023



VÄRDERINGS-DAG FÖR KLOCKOR TISDAG 31 JANUARI

Sälj dina klockor och armbandsur där du gör din bästa affär. Värderingsdag för klockor tisdag 31 januari kl 11-16 på Bukowskis, Arsenalsgatan 2, Stockholm. Våra kunder efterfrågar särskilt klockor från Rolex, Patek Philippe, Audemars Piguet, Vacheron Constantin, Cartier, Jaeger-LeCoultre, Heuer, Omega, IWC med flera. Kontakta våra specialister redan idag för att sälja på Nordens ledande auktionshus. Det går också bra att värdera online Läs mer på bukowskis.com.

Ansvarig specialist klockor Carl Palmegren
073-940 08 23, carl.palmegren@bukowskis.com

Specialist klockor Simon Naeslund
073-595 68 75, simon.naeslund@bukowskis.com



Bukowskis

Arts & Business

PART OF THE BONHAMS NETWORK





Christine Wamslers kurser vid Lunds universitet lockar många studenter. Nyast är "Psykologi och klimatförändringar". Foto: Emmalisa Pauly

"Omställningen måste också ske inifrån och ut"

För första gången har FN:s klimatpanel (IPCC) pekat på att även en inre omställning krävs för att hejda klimatkrisen. "Vi har missat att lyfta de mänskliga egenskaper som bidrar till en förändring", säger Christine Wamsler, professor i hållbarhetsvetenskap vid Lunds universitet.

Christine Wamsler har blivit internationellt känd för sin forskning om att inre omställning spelar en lika stor roll som tekniska framsteg för att nå hållbarhetsmålen. Hennes studier visar att självreflektion, medkänsla och perspektivtagande är viktiga egenskaper för att man ska börja handla utifrån sina djupare värderingar. På flera ställen i de senaste IPCC-rapporterna, från våren 2022, citeras hennes arbeten.

– Båda rapporterna formulerar uttryckligen, och för första gången, att den yttre och inre omställningen hänger ihop. Och det är en milstolpe, säger Christine Wamsler, professor i hållbarhetsvetenskap

vid Lunds universitets Centre for sustainability studies, LUCSUS.

Genom åren har hon sett studenternas intresse för masterkursen *Hållbarhet och inre*



Många sådana egenskaper är naturliga för oss när vi är unga.

Christine Wamsler, professor i hållbarhetsvetenskap vid LUCSUS.

omställning öka i takt med deras oro för framtiden. I januari startade därför en ny variant – *Psykologi och klimatförändringar* – i samarbete med en psykolog och en neurovetare. Den hade nästan fem sökande per plats.

– Vi har missat att lyfta de mänskliga egenskaper som bidrar till en förändring. Allt vi gör borde koppla ihop de inre och yttre dimensionerna av hållbarhet, säger Christine Wamsler.

Hon menar att omställningen måste ske också inifrån och ut. Och betonar att det är i den processen som möjligheten finns att väcka lusten till handlingskraft.

– Om vi förstår att vårt tankesätt och vårt förhållande till oss själva, andra och naturen både har en roll i krisen och ger oss ansvar för att förändra den – då går det att skapa hopp och mod till att faktiskt engagera sig, säger hon.

Att det finns länkar mellan inre och yttre omställning som stödjer

ett agerande för klimatet bekräftas i Christine Wamslers studier. Länkarna har att göra med vår gemensamma medmännisklighet, inre förmågor som självreflektion, mindfulness, medkänsla, empati och perspektivtagande. När dessa tränas kan känslan av samhörighet öka.

– Många sådana egenskaper är naturliga för oss när vi är unga, men jag skulle vilja påstå att vi förlorar dem när vi går genom de utbildningssystem som vi har etablerat i dag, säger Christine Wamsler.

Hon har själv den erfarenheten. Som barn var hon full av känslor och förundran, upplevde sig som ett med världen. Så gick hon i skolan. Pluggade, doktorerade. "Kulturen tog över", har hon konstaterat. Hon tyckte hon förlorade sin egen röst på vägen.

Efter en period som biståndsarbetare då hon såg effekterna av klimatkrisen på nära håll återgick hon till hållbarhetsfrågorna inom akademien. Men varför handlade allt bara om de yttre strukturerna? De inre hittade hon i böcker om personlig utveckling. Christine Wamsler bestämde sig för att få ihop de här helt separerade delarna. 2016 började hon systematiskt bygga upp kurser i inre



”Vi har missat att lyfta de mänskliga egenskaper som bidrar till en förändring”, säger Christine Wamsler. Foto: Emmalisa Pauly

Fakta | Inre utveckling börjar här

Transformativa förmågor:

I Linking internal and external transformation for sustainability and climate action har Christine Wamsler och kolleger sammanfattat forskning om länken mellan inre och yttre omställning. Studien citeras av IPCC (ytterligare forskning finns här) och definierar de mänskliga förmågor som hör ihop med att börja inta mer hållbara förhållningssätt. Förmågorna samlar sig i fem kluster och handlar om hur man kan möta sig själv, andra och omvärlden:

■ **Medvetenhet.** Möta med öppenhet, närvaro, acceptans.

■ **Sammanhang.** Möta med omsorg, ödmjukhet, integritet.

■ **Insikt.** Förmåga att förstå och ta in fler perspektiv.

■ **Syfte.** Förmåga att leva enligt inneboende, universella värden.

■ **Handlingskraft.** Förmåga att se sin egen roll i en komplex värld och ha modet och viljan att agera.

Att hantera klimatångest: Pilotstudien på KTH utgår från forskning om hur miljöundervisningen kan ta upp känslor kopplade till klimatet, se studien Eco anxiety and environmental education av Panu Pihkala, docent i miljöteologi vid Helsingfors universitet.

Active Hope är en icke vinstdrivande rörelse (NGO) startad av Joanna Macy, ekofilosof, och Chris Johnstone, beteendemedicinare.

omställning vid Lunds universitet för att ge studenterna mer utrymme för självreflektion och existentiella frågor. I olika övningar får de använda både känslor, kropp och sinnen genom kontemplation, konstbaserade metoder och samtal i smågrupper.

Ludwig Bengtsson Sonesson, 28 år, gick kursen under sin tredje termin på masterutbildningen i miljö- och hållbarhetsstudier i Lund 2021.

– Vi fick rum och tid för att diskutera världsbild och värderingar, som är centralt för att en omställning ska kunna ske, konstaterar han.

Sedan november arbetar Ludwig med klimatanpassning i Malmö stad och med att öka gröna och blåa ytor i staden. Masterkursens inriktning mot att ta upp känslor och värderingar har han fått direkt användning för.

– I mitt jobb ska vi möta medborgare som måste vara med i omställningen, säger han, och höra hur de tänker kring att deras liv påverkas av förändringarna. Det är inte tekniska konversationer vi ska ha, utan känslomässiga – om vad som är ett gott liv. Men man måste jobba med bägge. Vi kan inte bortse från de tekniska eller politiska bitarna.

Själv har Ludwig Bengtsson

Sonesson gjort flera aktiva val till förmån för klimatet. Djupast sorg känner han över att ha avstått från framtidsplaner och inte kunna besöka vänner som bor långt bort på jordklotet. För honom har utvecklingen omöjliggjort flygresor.

– Mest tydligt är att jag givit upp en internationell karriär bortom norra Europa. Jag har alltid velat jobba inom FN och på platser som behöver hjälp. Jag kan inte se hur det skulle vara möjligt i nuläget.

Även på KTH, Kungliga Tekniska högskolan, i Stockholm känner studenterna ofta en stark oro inför framtiden. Att få möjlighet att prata om de typiska känslor som väcks av att tänka på klimatkrisen – ilska, sorg och ångest – ingick i ett pilotprojekt som lektor Elina Eriksson fick genomföra för sina studenter i medieteknik förra året. Syftet var att stödja den inre omställningen och använda flera av de metoder som finns utformade för att hantera jobbiga känslor kopplade just till klimatet, berättar hon.

– Jag är ju själv lika orolig och vill att världen förändras. Så vi som utbildare uppmantras att erkänna att också vi har de här känslorna, säger Elina Eriksson

som för sin undervisning inspirerats av såväl forskning som ekofilosofi: Bekräfta känslorna som naturliga, informera om hur de fungerar, ge möjlighet att dela dem med varandra, förkroppsliga dem genom aktiviteter. Man kan också öva sig i tacksamhet, bekräfta den smärta man känner för världens tillstånd och hålla ceremonier för att hantera sorgen som väcks.



Engagemang kan bidra till att man får mindre ångest.

Elina Eriksson, lektor i medieteknik vid KTH.
Foto: Susanne Kronholm



– Först då kan man se världen med nya ögon, engagera sig och vara med i en förändring, säger Elina Eriksson. Engagemang kan bidra till att man får mindre ångest.

Forskning visar att om man ger utrymme för ångest, sorg och självreflektion kan det bana väg för att människor ska engagera sig i stället för att bli passiviserade. På så sätt kan klimatångest bli en ingång för förståelsen för hur inre och yttre dimensioner av hållbarhet hänger samman.

– Vi behöver omformulera vår syn på vad världen är och hur vi kan vara där tillsammans, menar Elina Eriksson. Förstå att vi alla är sammankopplade med allt.

Det var just den helhetssynen som gav henne själv insikt: om krisen inte bara finns därute, utan också inom oss genom den kultur vi genomsyras av, går det också att vara med och förändra världen. Den kan vara annorlunda, kände hon.

Själv slutade hon semesterflyga för nästan tio år sedan och hade då redan levt så koldioxidsnålt hon kunde i flera år. Senaste flygresan med jobbet gjorde hon 2018. Nu fortsätter hon genom att göra ständiga omvärderingar utifrån vad som kan ge en inre omställning.

– Jag försöker få syn på vilka tankemönster jag faller tillbaka på, eller vilka antaganden jag gör bara för att de är i linje med den samhällsstruktur jag tillhör.

Elina Eriksson och Christine Wamsler formulerar sig på liknande sätt: Förändringar i de yttre systemen räcker inte. Klimatkrisen handlar också om normer och värderingar som vi alla har varit med om att bygga upp. Västerländsk idétradition har lett till uppdelningar mellan oss och andra, mellan oss och naturen och dessutom inom oss själva: Vi har skilt hjärnan från kroppen, tankandet från känslorna, intellektet från själen.

– Egentligen har vi en kollektiv, existentiell kris som är smärtsam eftersom den drabbar samhällets identitet, säger Elina Eriksson.

För Christine Wamsler är kurserna i inre omställning ett sätt att ge studenterna möjlighet att reflektera över normer och värderingar.

– Det kan öka deras förutsättningar för att tänka mer holistiskt. Men vilka slutsatser de drar är inte min sak. Däremot tror jag att om vi kan förkroppsliga synen att allt samverkar kommer vi att bete oss väldigt annorlunda i världen.

Agneta Lagercrantz
idag@svd.se
Therese Uddenfeldt