

# Sofies grønne skifte – episode 10

Tekstversjon av podkasten Sofies grønne skifte, episode 10: Forbruk: La oss snakke om overforbruk. Med programleder Sofie Frøysaa og postdoktor Ulrikke Wethal

---

[Intromusikk]

**[Sofie]** Hvorfor er det viktig at vi snakker om forbruk, tenker du? Ja, hvorfor er det så viktig? Det er et spørsmål jeg er nødt til å bruke mye tid på i denne episoden av Sofies grønne skifte. For til nå har jeg snakket med forskere om hvor vi står, om omstillingsevne, olje, arealbruk, og ikke minst hvordan vi forvalter naturen. Felles for alle disse samtalenene er at vi alltid kommer inn på forbruk og overforbruk. I dag kommer Ulrikke Bryn Wethal til meg for å snakke om nettopp dette. Hun er postdoktor ved Senter for utvikling og miljø, og har blant annet forsket på bærekraft og forbruk i norske husholdninger. Hva er det med forbruket vårt som er så krise? Hvorfor har vi ikke justert oss tidligere hvis dette er et så stort problem? Og hvordan kan vi endre måten vi får bruke på? Velkommen til Sofies grønne skifte. [intromusikk avslutter]

**[Ulrikke]** Forbruk er på mange måter kjern til mye av det vi ser av klimautslipp i dag, og ressursbruk, hva gjelder land, vann, men også menneskelige ressurser selvsagt. Og spesielt da i den rike delen av verden. Alt det som går, alle de tingene som går inn i måten vi lever på, altså hva vi spiser, hva vi har på oss, hvordan vi beveger oss rundt, hva vi velger å bedrive fritiden med, alt det krever enormt mange prosesser som på mange vis er usynlige for oss forbrukerne. Men det bidrar med opp mot 70 prosent av dagens globale klimautslipp, og nesten 80 prosent av den totale ressursbruken. Så alle disse duppedittene og alle, egentlig livsstil, veldig mye av det krever såpass mye at det må egentlig stå helt i kjernen. Forbruk må stå helt i kjernen av å løse klimaproblematikken og naturkrisen.

**[Sofie]** Hvorfor snakker vi så lite om overforbruk?

**[Ulrikke]** Sånn som vi beregner klimautslipp i dag, globalt, så handler det om CO2 fra produksjonen. Så derfor har linsa hele tiden vært på produksjonen. Vi regner ikke inn forbruket vårt. Forbruket på det vi, alle tingene våre her i Norge, det slår gjerne ut på regnskapet for CO2-utslipp i andre land, altså de som produserer det. Og vi har klart å holde den tanken om at så lenge vi gjør produksjonen vår så effektiv som mulig, så grønn som mulig, sånn at vi kan gå og plukke ut de mest miljøvennlige tingene, så kan forbruket bare fortsette sånn som det gjør. Og dette kan jo i stor grad knyttes opp mot ideer om grønn vekst, der tanken har vært å kunne koble økonomisk vekst fra utslipp og ressursbruk. Så det er der vi har fokusert arbeidet de siste, vel, 50 årene. Og det har dessverre hatt veldig liten effekt på verken forbruk på aggregert nivå, vi har ikke fått ned forbruket, vi ser at det fortsetter å øke og øke, og vi har heller ikke fått redusert noe særlig av klimautslippene på den måten. Men samtidig så lever egentlig den teknologioptimismen i beste velgående fremdeles. «Hvis vi bare kunne finne opp noe, finne opp et eller annet som gjør at vi kan fortsette akkurat som før.»

**[Sofie]** Ja, dette minner meg om et ord jeg nylig har hørt, tilbakeslagseffekten. Hva er det, Ulrikke?

**[Ulrikke]** Tilbakeslagseffekten handler om at man forsøker å effektivisere eller redusere forbruk av energi eller ressurser på den ene siden, mens så går vinninga opp i spinninga fordi man forbruker i sum like mye eller mer. Og eksempelet kan være, ja, vi kan ta elbilen da. Mye av elbilpolitikken handler litt om å gjøre det enkelt for folk å bytte ut bilene sine, men så har det kanskje kommet inn som bil nummer to i veldig mange familier. Så har det på en måte økt det totale forbruket av bil som transportmiddel, så det blir ikke noe mindre behov for veier og så videre. Men det har vært egentlig

ment for å effektivisere, sammen med andre energitiltak. Varmepumpen er jo tenkt for å gjøre energibruken mye, mye mindre. Men så ser man at mange da ender med å bruke mer energi, fordi man velger å bruke varmpumpen til å varme opp større deler av huset. Kanskje ha det enda litt varmere enn man hadde før for det er enklere å bruke, eller å bruke til kjøling eller airconditioning om sommeren, fordi det er innbakt i teknologien. Så da går mye av den effektiviseringsvinningen opp i spinninga, totalt sett. Sammen med pandemien, mange trodde at forbruket kom til å reduseres, men så fant vi nye måter å forbruke på. Vi skulle ha Norgesferie, det krevde masse greier vi ikke hadde fra før, for vi var ikke vant til å gjøre det på den måten, så forbruket økte faktisk 13 prosent. Og når folk måtte være hjemme hele tiden, så skulle vi jo absolutt alle sammen pusse opp. Så man ser hele tiden at forbruket finner nye måter å øke på, så lenge systemet er konstruert i den retningen.

**[Sofie]** Men er det mulig å snakke om redusert forbruk uten å bli oppfattet som moraliserende?

**[Ulrikke]** Svaret på det tror jeg er nei. Men i motsetning til mye annen politikk, så handler dette plutselig om deg og meg, om våre hverdager og hverdagsvalg, og ingen vil på et vis endre seg. Og det er ganske uglesett å drive og fortelle andre mennesker hvordan de skal leve livet sitt, og det opplever vi som forskere hver gang vi uttaler oss om disse tingene som handler om hverdagsliv. Det er ganske harde fronter og grumsete kommentarfelt under våre kronikker. Og så er det også veldig vanskelig å gjøre noe med. Veldig mye av forbruket vårt skjer ikke for forbrukets skyld, men er sosialt betinget. Folk føler seg ganske bundet på hender og føtter, for man lever egentlig liv som krever relativt høyt forbruk. Mye av det utstyret vi har handler om å delta i ulike typer aktiviteter i livet. Det handler om å være en god forelder, og bidra til at ungen din skal få et aktivt, sosialt og godt liv. Det handler om å være en god vert, fordi da serverer vi det vi tenker gjestene våre vil sette mest pris på, og det vi har lært er det aller beste. Det er ofte rødt kjøtt i Norge. Eller vi ønsker å ha en deilig ferie sammen med de vi er mest glad i. Det er veldig mye annet som er med på å styre hvordan vi lever sånn som vi gjør. Og veldig mye skjer også gjennom rutiner og vaner. Og så er det selvfølgelig det at veldig mye av forbruket vårt skjer fordi det er den enkleste måten å gjøre det på. Alt annet som å fikse sine egne ting, eller låne av naboen, eller låne av venner, alt det oppleves ofte som mer tungvint. Litt mer stress. Enn å liksom klikk, klikk, klikk, rett inn på dørmatta.

**[Sofie]** Og så opplever jeg at hvis du ønsker å leve mer bærekraftig og er bevisst, så blir man jo kjapt sett på som en litt sånn alternativ, brysom person. Opplever du det også sånn? At det er sånn?

**[Ulrikke]** I aller høyeste grad, ja. Forbruket vårt er en stor del av det som oppfattes er å leve et normalt, godt liv. Det er det vi er kjent med, det er det vi er vant til, det er på mange måter det vi aspirerer etter. Også hele denne ideen om det gode liv henger sammen med høy materiell levestandard. Og da opplever det seg som veldig utfordrende å gå ut av normalitetsbildet, på mange vis. Så når noen velger annerledes, så opplever man ofte ganske mye motstand. Man opplever at mange rundt får et voldsomt behov for enten å latterliggjøre, og det spiller ingen rolle hva du gjør. «Tror du at du kan endre verden? Vet hvor mange folk som bor i Kina?» Alle de argumentene der. Eller et veldig behov for å forsvare hvorfor de ikke velger som deg, og hvorfor det er best å gjøre det på den eller den måten. Og når vi snakker med husholdninger om for eksempel hvordan det er å forsøke å leve bærekraftig liv, så er det mange av disse diskusjonene og konfliktene som man kommer opp i, både innenfor familien, men gjerne i bredere sosiale kretser, som oppleves helt utmattende. Det å hele tiden skulle forsvare seg, hele tiden skulle komme med de beste argumentene, bli tatt på at man ikke gjør alt riktig, selv om man prøver å gjøre noe annerledes, det er veldig slitsomt. I tillegg er det veldig lite av systemet rundt som er rigget for å hjelpe oss til å ta de mest bærekraftige valgene.

**[Sofie]** Men når kommer det til å skje da? Når blir det mainstream å være miljøbevisst? At du er dust hvis ikke du gjør det?

**[Ulrikke]** Enn så lenge oppleves alt som er alternativet til det vi kaller det lineære bruk-kast-systemet, oppleves i dag som mer komplisert, mer tidkrevende, gjerne dyrere. Så det vanskeliggjøres på alle vis, mindre tilgjengelig. Og veldig mye av det som handler om for eksempel bruktsalg, bruktkjøp, det er ikke uten problemer det heller. Mye av det legger seg oppå det normale forbruket. Så det er ikke noen sammenheng mellom at de som kjøper mye brukt kjøper mindre nytt for eksempel. Det er bare at man også kan gjøre det med god samvittighet.

**[Sofie]** Så det er ikke i stede, men det er i tillegg.

**[Ulrikke]** Og selvfølgelig, jeg heier på det, men det må komme isteden. I tillegg er det et problematisk side der at veldig mange mater inn og bruker det som en måte å bli enkelt, kvitt sine egne greier. Alt man på en måte vil ha rydda ut gir jo plass til noe nytt. Så for mange er det bare som at det går kjappere og kjappere den tiden mellom å få noe nytt og kvitte seg med det. Og det fasiliteres jo egentlig også i ganske stor grad av second hand-apper og markeder som er voksende.

**[Sofie]** Hvordan er det det norske forbruket har utviklet seg fra 50-tallet og frem til i dag?

**[Ulrikke]** Fra særlig 60-70-tallet begynte man å flytte store deler av produksjonen fra rikere land til fattige land for å finne områder med billigere og mer gunstige rammebetingelser for produksjon og delvis avfall. Det har gjort at vi har kunnet opprettholde en ganske billig produksjon av tingene våre, samtidig som vi har sluppet å ha all den produksjonen her. Så det har skapt både en geografisk avstand til hvor produksjonen skjer, og en mental avstand til alle de ressursene og prosessene som egentlig går inn i det å lage alt det vi omgir oss med. Og så får man litt slag i trynet kanskje når det kommer noen dokumentarer med arbeidsforhold her og der, og der blir klærne dine lagd, og visste du dette om H&M og så videre, og så er det litt sånn fort glemt ut av syne. Så fra 50-tallet har egentlig veldig mye bare akselerert mer og mer og mer. Mye er selvfølgelig også knyttet til fremgang. Bedre infrastruktur, bedre systemer, bedre helse, økt hygiene, vi er friskere. Så veldig mye av den økningen i forbruk handler også om dette. Flere, bedre veier, mulighet til å bevege oss på andre vis, teknologi og så videre. Men selvfølgelig også masse engangsprodukter, altså produkter som er ment til å holde bare veldig kort. Så kom kreditøkonomien, der kunne man jo også få bruke uten engang å ha penger, man kunne låne penger for å få bruke. Så det er masse sånne prosesser lagt opp over andre, som har ført til det forbruket vi ser i dag. I Norge er det jo slik at vi ligger høyt over gjennomsnittet i EU, for eksempel. Hva gjelder de fleste kategorier for forbruk. Mye av det er knyttet til bolig, fordi vi eier bolig, spesielt for norsk kontekst, at så høy prosentandel av befolkningen eier bolig. Vi flytter ofte, vi puster opp ofte, og vi er mye inne, så veldig mye er knyttet til den kategorien. Både selvfølgelig strømmen som går inn, men også alt interiør og oppussingsgreier. Så det er alt det vi snakket om nå, som du driver med. Men selvfølgelig også mat og transport. Nordmenn flyr, vi flyr masse. Vi flyr mest innlands i Europa, så er vi på tredjeplass eller noe, hva gjelder utenlandsreiser. Da er det bare de små øystatene som har flere reiser enn oss. Og så er det bil og reiser, som vi var inne om flyreisene, men også personbil, som transportmiddel har økt med nesten 50 prosent bare fra 90-tallet. Så i alle disse kategoriene ser vi en enorm økning siden 50-tallet. Og en ting er klimaslipp, der har du de tre kategoriene jeg nevnte, og så er det ressursbruk, og der kommer jo alt dette andre inn. Klær og elektronikk og alle tingene som vi omgir oss med, som krever enorme mengder med vann og land og mennesker som gjerne arbeider under dårlig forhold andre steder.

**[Sofie]** Når vi snakker om forbruk og overforbruk, hva er egentlig forskjellen? Når bikker det over til å bli overforbruk?

**[Ulrikke]** Helt enkelt så handler det om at vi forbruker mer enn planeten tåler at vi forbruker. Og det er overforbruk, mer enn vi strengt tatt trenger, og mer enn vi klarer å gjenvinne. Sånn at vi på en måte spiser mer av kaka enn vi gir tilbake. Men vi som forbrukere, vi har ingen parameter for å definere hva som er forbruk versus overforbruk. Man kan jo av og til kjenne på den dårlige samvittigheten hvis du er sånn «Og nå kjøpte jeg meg dette, det vet jeg at jeg absolutt ikke trenger. Jeg har jo fire andre kjoler som jeg kunne valgt i det bryllupet». Men veldig mange tar jo ikke nødvendigvis de samtalene med seg selv en gang. For vi har ingen store samtaler om hva som skal betegnes som eller er overforbruk, eller hva som faller inn i den kategorien unødvendig forbruk. Det snakker vi ikke om.

**[Sofie]** Forbruket har altså vokst noe voldsomt siden 50-tallet. Men er samtidig noe vi kanskje helst ikke vil snakke for mye om? Er det fordi det treffer der det smerter aller mest? At det går i kjernen på «meg», liksom? Men at det du og jeg gjør betyr noe, det er det ingen tvil om.

**[Sofie]** Hvis jeg skal ta meg selv som utgangspunkt og mine fotavtrykk, hvordan er det jeg påvirker klima og natur med mitt forbruk?

**[Ulrikke]** I Norge er de forbruksbaserte utslippene estimert til litt over 11 tonn CO<sub>2</sub>-ekvivalenter per innbygger. Det sier oss ingenting før vi skjønner at det det er estimert til at vi skal ned til, er rundt under 2,5 i gjennomsnitt globalt, for å holde oss innenfor planetens tålegrenser. Og det globale gjennomsnittet er på rundt 4,5. Så det sier noe om hvor langt over vi ligger i Norge.

**[Sofie]** Men det er jo helt spinnvilt, ja.

**[Ulrikke]** Vi kan snakke om at også i Norge er det de aller rikeste som slipper ut mest. Mange store boliger og landområder, giganthyttene, privatflyene, alt dette her. Men i en global sammenheng er hele Norge plassert i det øvre sjiktet, hvor vi har ikke noe å gå på i norsk kontekst. Og vi er på 12. plass i verden hva gjelder karbonfotavtrykk per person. Og over oss ligger land som USA, Qatar, Saudi-Arabia, De forente arabiske emirater, men også Island, ikke sant? Så det er noen vi liker å sammenligne oss med, og noen vi ikke liker å sammenligne oss med. Og så i tillegg til det, så kommer ressursbruken som inngår i produksjonen. Og det er det man forsøker å beregne gjennom det som kalles det materielle avtrykket. Så man har klimafotavtrykket, og så er det det materielle avtrykket. Altså hvor mye materialutvinning globalt den nasjonale etterspørselen av ulike typer varer krever. Men da er det beregnet at mellom 50 og 80 prosent av alt av verdens land, material og vannforbruk kommer fra husholdningenes forbruk. Og her er vi på femte plass, hvor en da er verst. Så da er det bare Singapore, De arabiske emirater, Kuwait og Australia som ligger over oss på den lista, ifølge noen estimeringer. Vi er verst i Europa.

**[Sofie]** Jeg må grave litt mer i hvorfor jeg, eller vi da, forbruker sånn som vi gjør. Hvilke krefter er det som river i oss? Hvordan er forbruket knyttet til hvem vi er?

**[Ulrikke]** Det er en ganske kompleks dynamikk på et vis, fordi det handler både om det å være unik, å finne sin egen identitet og unike utstråling. En spenning mellom det og det å passe inn. Og så skjer det en dynamikk, eller en slags hopping frem og tilbake mellom de to, hvor begge to egentlig krever ganske høyt forbruk. Men i sum så er det jo at vi bruker tingene. Vi bruker tingene rundt oss. Klærne vi går med, huset vi bor i, hva slags bil vi kjører, hvilken sykkel vi sykler, avhengig av hvilken klasse eller sosial gruppe man tilhører, så bruker vi det for å kommunisere hvem vi er. Eller kanskje i enda større grad hvem vi vil være. Så speiler vi oss i samfunnet rundt oss og plukker opp signaler både fra

den bygde infrastrukturen, men også de sosiale systemene rundt oss. Og det skaper noen av de normsystemene vi snakket om helt i starten. Forestillingsevnene våre, hva er det som er et godt liv, hvilken retning er det livet mitt skal ta, hva betyr det, hvordan ser det ut? Alt det er knyttet opp mot forbruk på mange vis, og materielle levestandard. Sånn at hvis folk bytter jobb, får høyere lønn, så betyr det egentlig at det er et godt liv. Hvis folk bytter jobb, får høyere lønn, så betyr det gjerne å investere i noe nytt materielt. Om det er et litt større hus, endelig kjøpe seg en ny bil, endelig har jeg råd til å kjøpe hytte, endelig kan vi ta den ferien, ikke sant? Alt er egentlig rigget i den retningen.

**[Sofie]** Du har jo besøkt hundrevis av norske husholdninger som ønsker å leve mer bærekraftig. Klarer de det, og er det i det hele tatt mulig?

**[Ulrikke]** Mange klarer å gjøre ganske mye. På husholdningsnivå, mikronivå, klarer de å endre matvaner, de klarer å minske matsvinn, de klarer å kjøpe mer bruk, de klarer å reise sjeldnere, eller på mer bærekraftige måter. Men vi ser også at mange opererer etter en slags kompensasjonsforståelse, altså at man velger seg ut ett område, så fokuserer vi her, velger ut dette, gjør dette annerledes, så kan man skal slappe av på mange andre måter. Og så er det ganske mange, særlig utenlandsreise, det er vanskelig for folk å begrense og gi slipp, men de føler jo at de opererer i motbakke hele tiden. At de får lite eller ingen hjelp til å leve mer bærekraftig, fordi høyt forbruk er normalen. Og for en del, eller de som i våre utvalg kanskje får til mest, det er jo de som velger å gå utenfor, eller på en måte gå ut av en del sammenhenger eller sirkler som vanskeliggjør det. For man blir hele tiden konfrontert med at deltakelse i forskjellige arenaer krever en eller annen form for forbruk. Og det betyr jo at man må gå på akkord med seg selv ganske mye, og egentlig ikke kan leve så genuint. Så det er både krevende sosialt, og krevende fordi det tar masse tid. Du må jobbe mye mer for å ha det du trenger, eller fikse ting, eller få det til å funke.

**[Sofie]** Det er jo veldig synd hvis det skal være sånn at du enten må gjøre mye, eller nesten alt riktig, eller så kan du bare fortsette som før. Målet må jo være at vi alle kan leve litt mer bærekraftig liv, men samtidig leve gode liv. For det høres ut som om man må gi avkall på så innmari mye. Hvordan kan vi få til den balansen mellom både å leve gode liv, og samtidig leve bærekraftig?

**[Ulrikke]** Når vi spør folk hva det gode liv er, så svarer de jo gjerne gode relasjoner, god helse, natur, opplevelser, sammen med folk de er glad i. Så alt annet enn egentlig de tingene som handler om forbruk. Selv om det selvfølgelig er helt klart at forbruksvarer er med på å muliggjøre alle denne her typen forestillinger. Hadde du spurt noen i et annet land som sliter med å få endene til å møtes, så ville jo mye av det gode liv vært knyttet til å dekke behov. Det må vi anerkjenne at kommer fra et privilegert sted, men likevel så sier det jo noe om hva det er vi verdsetter. Det som er synd foreløpig, vi vet jo ikke helt hva dette gode, bærekraftige livet skal se ut som. Men grunnen til at det oppleves som avkall nå, er at det både snakkes om på den måten, og fordi alle systemene rundt oss gjør det så vanskelig. Hadde det vært slik at det ikke var opp til forbrukeren å velge om man skulle spise mat fra et dyr som hadde hatt det forferdelig, eller et som hadde hatt det godt, og hvor det som hadde hatt det forferdelig var det billigste alternativet, og det som var mest tilgjengelig i hele butikken. Men hvis default-løsningen hele veien var det beste, eller det mest miljøvennlige, det som var best for natur og klima, så hadde jo ikke det, det føltes som vi måtte oppgi så mye.

**[Sofie]** Og så kommer svaret på hvorfor vi må snakke om forbruk.

**[Ulrikke]** Og så er det også den, vi har behandlet forbruks på noe veldig privat. Vi mangler en slags samfunn, disse felles forestillingene, om hva fremgang, velstand, det gode liv er, hvordan det kan verdsettes og se ut utover økt materiell levestandard. Og da må vi jo også snakke om det. Så vi må flytte den samtalen om forbruk fra den private sfæren, hvor alle skal være sånn «Nei, ikke blande

opp i hvordan jeg skal leve mitt liv», og alt handler om frihet og egne valg, men egentlig inni det offentlige vårskiftet, fordi det gjelder alle, og vi må lage de forestillingene egentlig sammen.

**[Outro]** Denne podkasten er fra Universitetet i Oslo ved ansvarlig produsent Arild Blomkvist. Programleder er Sofie Frøysaa. Produsent hos Både Og er Haakon Lange, og klipper er Olav Nedberge. Hvis du likte denne podkasten, vil jeg anbefale Sofie Kupper Norge, hvor Sofie Frøysaa inntar rollen som diktator, og gjennom seks episoder finner oppskriften på å kuppe Norge. Her hører du forskere og gjester snakke om et vidt spekter av temaer og viktige samfunnsspørsmål.