

ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ ΚΑΛΩΝ ΠΡΑΚΤΙΚΩΝ

Reset-Art- Renforcer les capacités des travailleurs de
jeunesse pour soutenir les jeunes souffrant d'éco
anxiété par le biais d'activités culturelles.

2023-1-FR02-KA210-YOU-000160802



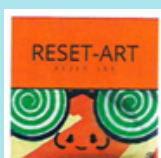
Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΩΝ

Χρηματοδοτήθηκε από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν αποκλειστικά στον/στους συγγραφέα/συγγραφείς και δεν αντικατοπτρίζουν απαραίτητα τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή της Ευρωπαϊκής Εκτελεστικής Υπηρεσίας Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΚΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε η ΕΑΚΕΑ μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνες για αυτές.

- 01 Το Έργο
- 02 Το Εγχειρίδιο
- 03 Οι Εταίροι
- 04 Τι είναι η Οικο-Άγχος;
- 05 Η κατάσταση του Οικολογικού-Άγχους και Καλές Πρακτικές στη Γουαδελούπη
- 06 Η κατάσταση του Οικολογικού-Άγχους και Καλές Πρακτικές στην Ελλάδα
- 07 Συστάσεις
- 08 Βιβλιογραφία



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



ΤΟ ΕΡΓΟ

Το Reset Art είναι μια συνεργατική και δημιουργική πρωτοβουλία που διερευνά τη διασταύρωση της συμμετοχής των νέων, της δράσης για το κλίμα και της ψυχικής υγείας μέσα από το πρίσμα της τέχνης και του πολιτισμού. Το έργο ανταποκρίνεται στη διαρκώς αυξανόμενη πρόκληση του οικολογικού-άγχους στους νέους, με στόχο να τους ενδυναμώσει ως ενεργούς πολίτες στη μετάβαση προς ένα βιώσιμο μέλλον. Μέσα από τη σύνδεση καλλιτεχνικής έκφρασης, ενεργής συμμετοχής στα κοινά και των εκπαιδευτικών εργαλείων, το Reset Art δημιουργεί συμπεριληπτικούς χώρους όπου οι νέοι μπορούν να σκεφτούν, να εκφραστούν και να δράσουν. Το έργο εστιάζει σε τρεις βασικούς στόχους:

- Ενίσχυση των δεξιοτήτων των εργαζομένων στον τομέα της νεολαίας, παρέχοντάς τους γνώσεις, δεδομένα και καλές πρακτικές σχετικά με τις επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής στην ψυχική υγεία των νέων.
- Ανάπτυξη θετικών και προσβάσιμων εργαλείων επικοινωνίας για την αντιμετώπιση του οικολογικού-άγχους και την υποστήριξη της δέσμευσης των νέων στην οικολογική-συμμετοχή.
- Προώθηση της ενεργούς συμμετοχής των νέων μέσω δημιουργικών εργαστηρίων με βάση την κοινότητα, που ενθαρρύνουν τη δραστηριοποίησή τους σε ζητήματα που αφορούν το κλίμα.

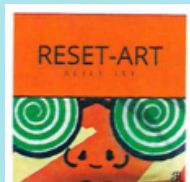
Σε διάστημα 12 μηνών, το έργο περιλαμβάνει δύο διεθνείς επισκέψεις μελέτης (στην Ελλάδα και τη Γουαδελούπη), τη συν-δημιουργία ενός ανοιχτού ψηφιακού εργαλείου (e-toolkit) με οδηγούς, podcasts και υλικό ευαισθητοποίησης, καθώς και την υλοποίηση τοπικών δημιουργικών εργαστηρίων με επικεφαλής νέους και καλλιτέχνες. Το Reset Art φέρνει κοντά εργαζόμενους στον τομέα της νεολαίας, καλλιτέχνες και τοπικές κοινότητες από διάφορες περιοχές, προωθώντας νέες αφηγήσεις ελπίδας, δράσης και ανθεκτικότητας απέναντι στις κλιματικές προκλήσεις.

ΤΟ ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ

Αυτό το Εγχειρίδιο Καλών Πρακτικών αποτελεί ένα βασικό παραδοτέο του έργου ReSet Art. Συγκεντρώνει τις γνώσεις, τις μεθόδους, τα εργαλεία και τα διδάγματα που αποκομίστηκαν καθ' όλη τη διάρκεια της υλοποίησης του έργου. Απευθύνεται σε εργαζόμενους στον τομέα της νεολαίας, εκπαιδευτικούς, επαγγελματίες του πολιτισμού και ηγέτες κοινοτήτων, με στόχο να υποστηρίξει την ανάπτυξη δημιουργικών, συμπεριληπτικών και προσανατολισμένων στους νέους προσεγγίσεων για την αντιμετώπιση του οικο-άγχους και την ενεργή συμμετοχή στην κλιματική δράση. Οι στόχοι του εγχειριδίου είναι:

- Να μοιραστεί δοκιμασμένες και προσαρμόσιμες μεθοδολογίες που συνδυάζουν την τέχνη, την εργασία με τους νέους και την περιβαλλοντική εκπαίδευση
- Να παρέχει πρακτικά εργαλεία για την αντιμετώπιση θεμάτων ψυχικής υγείας και συναισθηματικής ανθεκτικότητας στο πλαίσιο της κλιματικής αλλαγής
- Να εμπνεύσει μελλοντικά έργα που τοποθετούν τις φωνές των νέων, τη δημιουργικότητα και την πολιτική υπευθυνότητα στο επίκεντρο
- Να ενθαρρύνει τη διακρατική συνεργασία και την ανταλλαγή γνώσεων μεταξύ οργανισμών που δραστηριοποιούνται στη διασταύρωση τέχνης, ακτιβισμού και βιωσιμότητας





2023-1-FR02-KA210-YOU-000160802



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

ΟΙ ΕΤΑΙΡΟΙ



Στοιχεία Επικοινωνίας:

Le Marisol, Route du Bas du Fort
97110 Pointe-à-Pitre – Guadeloupe
info@arrimagedom.org

Arrimage Good'iles

Η Arrimage Good'iles είναι μια μη κερδοσκοπική οργάνωση με έδρα τη Γουαδελούπη. Εκπροσωπείται και συνεργάζεται με δομές νεολαίας που βρίσκονται στη Μαρτινίκα, τη Γαλλική Γουιάνα και το Σαιν Μαρτέν (Γαλλικές Υπερπόντιες Περιφέρειες).

Ιδρύθηκε το 2013 και σχεδιάζει και υλοποιεί διεθνή έργα με στόχο την ενίσχυση των επαγγελματικών ικανοτήτων στις νησιωτικές περιοχές, την προώθηση της απασχόλησης και της επιχειρηματικότητας, της ενεργού πολιτιμότητας και της ισότητας των φύλων, καθώς και τη δημιουργία νέων δραστηριοτήτων.

Μέσα από τις δράσεις της, που αναπτύσσονται σε συνεργασία με τοπικούς φορείς (ΜΚΟ, τοπικές αρχές, επιχειρήσεις κ.ά.), η οργάνωση επιδιώκει να οικοδομήσει ισχυρές συνδέσεις μεταξύ της Ευρώπης, της Αφρικής, του Ειρηνικού, της Καραϊβικής και της Μεσογείου και να προωθήσει την κοινωνική και επαγγελματική ένταξη των ευάλωτων πληθυσμών, τόσο στον Παγκόσμιο Βορρά όσο και στον Παγκόσμιο Νότο.



Στοιχεία Επικοινωνίας:

Megalou Alexandrou 46, 56224,
Thessaloniki, Greece
info@cube.org.gr

Ινστιτούτο Υποστήριξης και Μελετών για την Επιχειρηματικότητα, την Κοινωνική Ανάπτυξη και την Κοινωνική Συνοχή – CUBE ΜΚΟ

Η Cube NGO είναι ένα Ινστιτούτο Υποστήριξης και Μελετών για την Επιχειρηματικότητα, την Κοινωνική Ανάπτυξη και την Κοινωνική Συνοχή, με έδρα τη Θεσσαλονίκη.

Κύριος στόχος μας είναι η υποστήριξη δράσεων Επιχειρηματικότητας και Δημιουργικότητας, με σκοπό την ένταξη και ενεργή συμμετοχή τόσο των Ευάλωτων Κοινωνικών Ομάδων όσο και των Τομέων που χρήζουν στήριξης.

Στο πλαίσιο του Σεβασμού, της Συν-ανάπτυξης και της Ένταξης, η Cube αναπτύσσει μελέτες, έρευνες, εκπαιδευτικά προγράμματα και στρατηγικές δράσεις με στόχο τη διαμόρφωση μιας διαφορετικής πραγματικότητας σε θεματικές όπως: Ανθρωποκεντρική Επιχειρηματικότητα, Κοινωνική Πολιτική, Κοινωνική Συνοχή και Κοινωνική Ένταξη.

ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΟΙΚΟΛΟΓΙΚΟ-ΑΓΧΟΣ???

Το οικολογικό-άγχος ορίζεται ως «χρόνιος φόβος για περιβαλλοντική καταστροφή», σύμφωνα με τον Αμερικανικό Ψυχολογικό Σύλλογο(1). Ορισμένοι το αποκαλούν προ-τραυματικό στρες(2), καθώς πρόκειται για ένα προληπτικό άγχος σχετικά με τις αβέβαιες επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής. Τα άτομα που το βιώνουν ζουν με τις ψυχολογικές συνέπειες αυτού του φόβου για το μέλλον(3), γεγονός που τα εμποδίζει να σχεδιάσουν το μέλλον τους με ηρεμία.

Το τι προκαλεί το οικολογικό-άγχος διαφέρει από άτομο σε άτομο. Μπορεί να συνδέεται με: άμεσο στρες, όπως ένα τραύμα που σχετίζεται με την κλιματική αλλαγή. Στο Βέλγιο, για παράδειγμα, πολλοί άνθρωποι το ένιωσαν μετά τις πλημμύρες που σημειώθηκαν το καλοκαίρι του 2021. Έζησαν άμεσα μια συνέπεια της κλιματικής αλλαγής.

Είναι σημαντικό να τονίσουμε ότι το οικολογικό-άγχος μπορεί να βιωθεί ακόμα και όταν ένα γεγονός δεν σε έχει επηρεάσει άμεσα. Για παράδειγμα, όταν μαθαίνουμε από τα μέσα ενημέρωσης ή τα κοινωνικά δίκτυα τι είναι πιθανό να συμβεί στο άμεσο μέλλον[4]. Το οικολογικό-άγχος μπορεί να πυροδοτηθεί σε ποικίλες περιστάσεις: η γέννηση ενός παιδιού, η παρακολούθηση μιας ταινίας, η ανάγνωση επιστημονικών εκθέσεων της IPCC, η παρατήρηση κοινωνικών και γεωπολιτικών ανισοτήτων... ή ακόμη και χωρίς κανένα συγκεκριμένο, αναγνωρίσιμο ερέθισμα.

Ο όρος οικολογικό-άγχος –ο πιο διαδεδομένος, τόσο στα μέσα ενημέρωσης όσο και στην ερευνητική βιβλιογραφία– δεν είναι καινούριος: η λέξη, που συνδυάζει την οικολογία με το άγχος, επινοήθηκε το 1996 από την Βέλγο-Καναδή γιατρό-ερευνήτρια Véronique Lapaille. Δεν πρόκειται για φαινόμενο αποκλειστικά της εποχής μας, αλλά είναι η πρώτη φορά που του δίνεται σαφής ονομασία και ερμηνεία(5).



ΗΞΕΡΕΣ ΠΩΣ???

Παράλληλα με το οικολογικό-άγχος, αυξάνεται και η συζήτηση γύρω από την έννοια της solastalgia. Ο όρος προέρχεται από τις λατινικές λέξεις “solacium” και “algie”, που σημαίνουν «παρηγοριά» και «νοσταλγία».

Η solastalgia ορίζεται ως «η βιωμένη εμπειρία μιας αρνητικά αντιληπτής αλλαγής στο οικείο περιβάλλον»(6). Με άλλα λόγια, είναι «το πένθος για έναν κόσμο που γνωρίζαμε» και ο οποίος σταδιακά εξαφανίζεται(7). Πρόκειται για μια «νοσταλγία για το σπίτι χωρίς εξορία», σύμφωνα με τον φιλόσοφο Baptiste Morizot(8).

Η διαφορά ανάμεσα στη solastalgia και το οικολογικό-άγχος εντοπίζεται στη σχέση με τον χρόνο. Στη solastalgia, τα συναισθήματα βιώνονται εκ των υστέρων, μέσα από την απώλεια του γνώριμου περιβάλλοντος

Eco Anxiety



Η ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΤΟΥ ΟΙΚΟΛΟΓΙΚΟΥ-ΑΓΧΟΥΣ ΣΤΗ ΓΟΥΑΔΕΛΟΥΠΗ

Ένα σημαντικό ποσοστό του πληθυσμού επηρεάζεται από το οικο-άγχος. Το 67% των Γάλλων δηλώνει ότι βιώνει οικο-συναίσθημα(18), ενώ 1 στους 10 Βέλγους υποφέρει ακόμη και από σοβαρό οικο-άγχος(19). Το φαινόμενο είναι παγκόσμιο: οι χώρες που πλήττονται περισσότερο σήμερα είναι οι αναδυόμενες οικονομίες(20), όπου οι πληθυσμοί επηρεάζονται περισσότερο από τις συνέπειες της υπερθέρμανσης του πλανήτη.

Αν και όλοι μπορούν να βιώσουν οικο-άγχος ή solastalgia, ορισμένες κατηγορίες πληθυσμού φαίνεται να επηρεάζονται περισσότερο. Μεταξύ αυτών περιλαμβάνονται οι γυναίκες και τα άτομα κάτω των 40 ετών(21). Οι νέοι είναι ιδιαίτερα ευάλωτοι: το 70% των νέων ηλικίας 16-25 ετών δηλώνει ότι ανησυχεί σοβαρά για την κλιματική αλλαγή(22). Οι νέοι εμφανίζουν έντονα συμπτώματα οικο-άγχους.

Γράφημα: Statista

Χωρίς έναν επίσημο ορισμό, είναι δύσκολο να προσδιοριστεί με ακρίβεια η έκταση του φαινομένου, το προφίλ των ατόμων που επηρεάζονται, κλπ. Είναι επίσης απαραίτητο να μπορούμε να αξιολογήσουμε σε ποιο βαθμό ένα άτομο “επηρεάζεται”. Για τον σκοπό αυτό, βρίσκονται σε εξέλιξη προσπάθειες για την ανάπτυξη κλιμάκων μέτρησης του οικολογικό-άγχους(23).

Σε κάθε περίπτωση, οι μελέτες συμφωνούν ότι οι περιβαλλοντικές αλλαγές επηρεάζουν την ψυχική υγεία και ότι, παρόλο που το φαινόμενο δεν είναι καινούριο, παρουσιάζει αυξητική τάση. Η αυξημένη προσβασιμότητα και προβολή των πληροφοριών σχετικά με την κλιματική αλλαγή φαίνεται ότι ωθεί ένα μεγαλύτερο ποσοστό του πληθυσμού να αισθάνεται άγχος για το θέμα αυτό.

Το οικολογικό-άγχος δεν είναι “προνόμιο των προνομιούχων”

Σε μια ανασκόπηση της βιβλιογραφίας που δημοσιεύθηκε το 2021, η οποία συνέλεξε περίπου δεκαπέντε μελέτες για το θέμα, μια αυστραλιανή ερευνητική ομάδα κατέληξε στο συμπέρασμα ότι οι πληθυσμοί που είναι πιο ευάλωτοι και περισσότερο επηρεασμένοι από αυτό το πρόβλημα ψυχικής υγείας είναι, αντίθετα με την κοινή πεποίθηση, οι αυτόχθονες λαοί, τα παιδιά και οι νέοι, καθώς και όσοι έχουν στενή σχέση με τη φύση.

Αντίστοιχα, το 2021, η The Lancet Planetary Health αποκάλυψε την έκταση του προβλήματος μέσω της μεγαλύτερης μελέτης που έχει διεξαχθεί έως σήμερα (σε χώρες όπως Βραζιλία, Ινδία, Νιγηρία και Φιλιππίνες, μεταξύ άλλων):

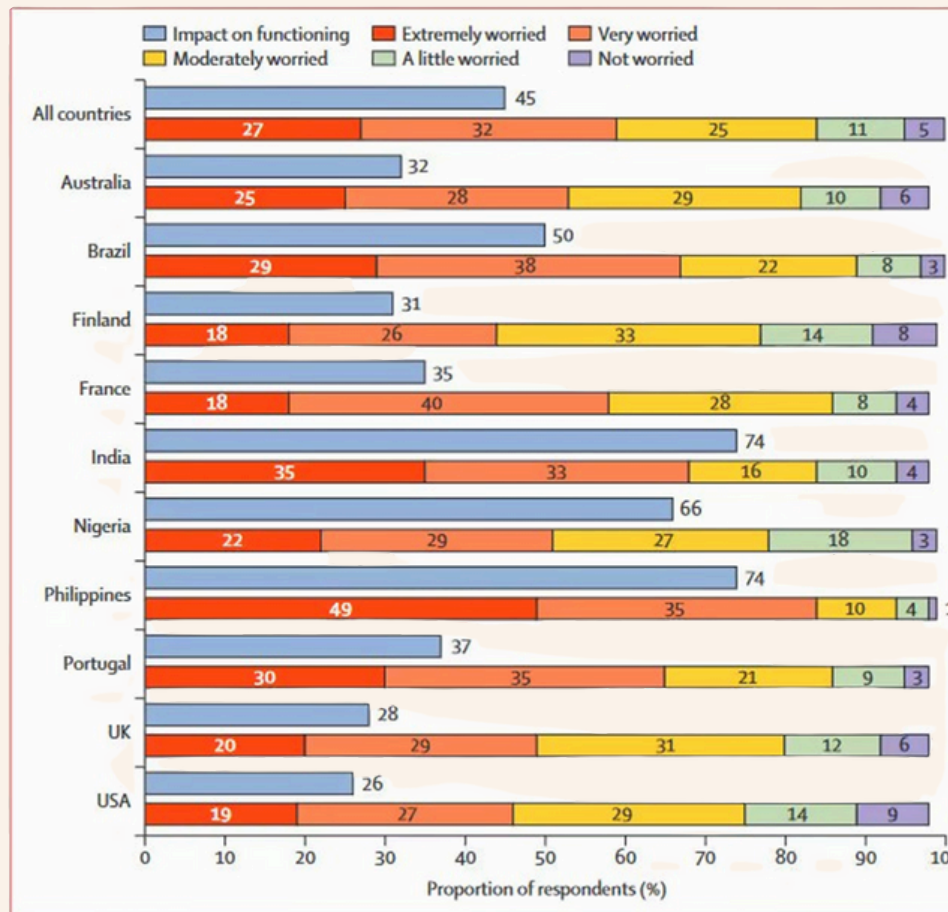


Figure 1: Worry about climate change and impact on functioning

The graph shows the proportion of the sample reporting a negative impact on functioning from their feelings about climate change and various levels of worry about climate change. Data are shown for the whole sample (n=10 000) and by country (n=1000 per country)

Σε μια έρευνα που πραγματοποιήθηκε σε σχεδόν 10.000 νέους σε πάνω από 10 χώρες εκτός του δυτικού κόσμου, σχεδόν 60% δήλωσαν ότι ανησυχούν για την κλιματική αλλαγή. Ακόμη πιο ανησυχητικό είναι το γεγονός ότι σχεδόν 45% ανέφεραν πως αυτά τα συναίσθημα επηρεάζουν αρνητικά την καθημερινότητά τους.

Το οικολογικό-άγχος έχει πάψει να αποτελεί αντικείμενο απαξίωσης και έχει εξελιχθεί σε ζήτημα δημόσιας και ψυχικής υγείας διεθνούς εμβέλειας. Έχει, επίσης, μετατραπεί σε εν δυνάμει κοινωνική βόμβα. Στη μελέτη της Lancet Planetary Health, οι νέοι που συμμετείχαν στην έρευνα ήταν περίπου διπλάσιες φορές πιο πιθανό να δηλώσουν ότι αισθάνονται θυμό ή προδοσία (σχεδόν 60%), αντί να δηλώνουν εμπιστοσύνη (περίπου 30%) προς τις κυβερνήσεις τους.

ΟΙ ΚΑΛΕΣ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΣΤΗ ΓΟΥΑΔΕΛΟΥΠΗ

Το οικολογικό-άγχος μπορεί επομένως να λειτουργήσει ως εφαλτήριο για συλλογική δράση, αλλά –και αυτή είναι μια θετική είδηση που αξίζει να μοιραζόμαστε διαρκώς– η συλλογική δράση μπορεί κάλλιστα να αποτελέσει το καλύτερο «αντίδοτο» στο οικολογικό-άγχος. Μπορεί το οικολογικό-άγχος να οδηγήσει στη δράση; Ναι! Η θεραπεία μέσω δράσης (action therapy) είναι μία από τις προτεινόμενες λύσεις.

Το οικολογικό-άγχος, δηλαδή το άγχος που σχετίζεται με τις περιβαλλοντικές κρίσεις, βιώνεται ιδιαίτερα έντονα στα νησιωτικά εδάφη, και ειδικά στη Γουαδελούπη, η οποία εκτίθεται όλο και περισσότερο στις συνέπειες της κλιματικής αλλαγής (άνοδος της στάθμης της θάλασσας, κυκλώνες, φύκια σαρκαζούμ, ρύπανση εδαφών από κλορδεκόνη...).

Περισσότερο από απλές ημέρες καθαρισμού παραλιών, ως απάντηση σε αυτό το πλαίσιο, η Γουαδελούπη έχει αναπτύξει καλές πρακτικές που εμπλέκουν εργαζόμενους στον τομέα της νεολαίας και νέους ανθρώπους, προσαρμοσμένες στις ιδιαιτερότητες της τοπικής πραγματικότητας, ώστε να προλαμβάνουν, να μετριάσουν και να εκφράζουν ένα διαρκώς αυξανόμενο πρόβλημα, το οποίο συνοδεύεται από υλική και διατροφική ανασφάλεια.

- **Kazabroc coral reef protection:** [VIDEO. Le béton servant de lest aux lave-linges, transformé en récifs et en mouillages en Guadeloupe](#)



- Έκθεση: οικολογικό-άγχος και τέχνη – Exposées au chlordercone (Exposed to chlordecone in February 2025), Μια έκθεση από καλλιτεχνική συλλογικότητα που δίνει βήμα έκφρασης και διεκδίκησης αποζημίωσης από τη γαλλική κυβέρνηση. Η έκθεση μετατρέπει σε δράση το αίσθημα ανημπόριας και θυμού του πληθυσμού της Γουαδελούπης, ο οποίος έχει δηλητηριαστεί από τη ρύπανση των εδαφών με κλορδεκόνη. [Art et engagement en Guadeloupe – Selfpower community](#)



ΟΙ ΚΑΛΕΣ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΣΤΗ ΓΟΥΑΔΕΛΟΥΠΗ

- Το πρόγραμμα Climat Kids, που υλοποιείται από τον οργανισμό Arrimage Good'iles, περιλαμβάνει μια τάξη μαθητών λυκείου που έχει αναπτύξει ένα πρόγραμμα προστασίας των μαγγρόβιων με τη συμμετοχή της τοπικής κοινότητας. [PROJET CLIMAT KIDS - Sainte-Anne](#)
- Το Cluster Santé Environnement του οργανισμού Psycom Health and Environment προσφέρει πόρους και εργαλεία για την ευαισθητοποίηση σχετικά με το οικο-άγχος σε εργαζόμενους με νέους και σε νέους [Eco-anxiété : comment y faire face – Psycom – Santé Mentale Info](#)



- Ψυχολογική και κοινωνική υποστήριξη: Εκπαίδευση επαγγελματιών υγείας για την αναγνώριση του οικολογικό-άγχους ως πραγματικού φαινομένου. Η εκπαίδευση πρώτων βοηθειών ψυχικής υγείας για νέους περιλαμβάνει το οικολογικό-άγχος στο περιεχόμενό της. Γίνε διασώστης ψυχικής υγείας στη Γουαδελούπη: τι πρέπει να γνωρίζεις για αυτή την εκπαίδευση, η οποία είναι ανοιχτή σε όλους.
- Το έργο Reset Art περιλαμβάνει την οργάνωση εργαστηρίων θεραπείας μέσω τέχνης και την διοργάνωση διαγωνισμού ζωγραφικής μεταξύ νέων, με στόχο να τους ενθαρρύνει να εκφράσουν τις απόψεις τους για το οικο-άγχος, να κατανοήσουν τις επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής και να ενισχύσουν το αίσθημα της δράσης. [Instagram](#)



Η ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΤΟΥ ΟΙΚΟΛΟΓΙΚΟΥ- ΑΓΧΟΥΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

Το οικολογικό-άγχος, ο χρόνιος φόβος για οικολογική καταστροφή, έχει γίνει ένα σημαντικό ζήτημα στην Ελλάδα, καθώς η χώρα αντιμετωπίζει τις επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής {25}. Αυτή η ψυχολογική κατάσταση προκύπτει από μια οξεία συνειδητοποίηση της περιβαλλοντικής υποβάθμισης και των αυξανόμενων απειλών από τη θερμική άνοδο του πλανήτη. Για την Ελλάδα, μια χώρα όπου ο πολιτισμός, η οικονομία και η ταυτότητα συνδέονται στενά με το φυσικό περιβάλλον, οι συνέπειες της κλιματικής αλλαγής δεν είναι απλές αφηρημένες ανησυχίες, αλλά απτές πραγματικότητες που επηρεάζουν την καθημερινή ζωή.

Η Ελλάδα είναι ιδιαίτερα ευάλωτη στην κλιματική αλλαγή λόγω της γεωγραφικής της θέσης και της εξάρτησής της από φυσικούς πόρους. Η χώρα αντιμετωπίζει όλο και σοβαρότερα περιβαλλοντικά προβλήματα, πολλά από τα οποία συμβάλλουν στην αύξηση του οικολογικό-άγχους. Ένα από τα πιο εμφανή σημάδια της κλιματικής αλλαγής στην Ελλάδα είναι η άνοδος της θερμοκρασίας. Τα τελευταία χρόνια, η χώρα έχει βιώσει μερικά από τα πιο καυτά καλοκαίρια στην ιστορία, με τα κύματα καύσωνα να γίνονται πιο συχνά και έντονα. Το 2021, οι θερμοκρασίες ξεπέρασαν τους 47°C, προκαλώντας μια σειρά καταστροφικών πυρκαγιών που έπληξαν μεγάλες περιοχές της ηπειρωτικής χώρας, όπως η Αττική και η Εύβοια {26-27}. Αυτές οι πυρκαγιές δεν κατέστρεψαν μόνο σπίτια και δάση, αλλά εκτόπισαν ολόκληρες κοινότητες, αφήνοντας ένα βαθύ ψυχολογικό αποτύπωμα στους πληγέντες.

Οι πυρκαγιές είναι μόνο μια από τις περιβαλλοντικές κρίσεις που επιδεινώνονται από την κλιματική αλλαγή στην Ελλάδα. Καθώς αυξάνονται οι παγκόσμιες θερμοκρασίες, η περίοδος των πυρκαγιών έχει παραταθεί, με τις φωτιές να γίνονται πιο δύσκολες στον έλεγχο και πιο καταστροφικές. Οι πυρκαγιές των ετών 2021 και 2023 ήταν ιδιαίτερα έντονες, καίγοντας χιλιάδες στρέμματα δάσους και απειλώντας τη βιοποικιλότητα που αποτελεί κεντρικό στοιχείο της φυσικής κληρονομιάς της Ελλάδας {27}. Αυτές οι επαναλαμβανόμενες καταστροφές προκαλούν βαθύ άγχος σε πολλούς Έλληνες, καθώς τα τοπία που αγαπούν απειλούνται όλο και περισσότερο.

Η άνοδος της στάθμης της θάλασσας αποτελεί επίσης σημαντικό κίνδυνο για την Ελλάδα, μια χώρα με εκτεταμένη ακτογραμμή και πολλά νησιά. Η διάβρωση των ακτών και οι πλημμύρες γίνονται πιο συχνές, θέτοντας σε κίνδυνο όχι μόνο σπίτια και υποδομές, αλλά και τον τουρισμό, που αποτελεί κρίσιμο κομμάτι της ελληνικής οικονομίας. Εμβληματικές παραλίες και παράκτιες πόλεις που προσελκύουν εκατομμύρια επισκέπτες κάθε χρόνο κινδυνεύουν να εξαφανιστούν ή να υποστούν σοβαρές αλλαγές {28}. Αυτή η πιθανή απώλεια δημιουργεί οικονομικές και συναισθηματικές ανησυχίες για τους Έλληνες, ιδιαίτερα για όσους ζουν ή βασίζονται σε παράκτιες περιοχές. Η σχέση ανάμεσα στη φύση και τον πολιτισμό είναι βαθιά στην Ελλάδα, και η απειλή απώλειας αυτής της φυσικής κληρονομιάς ενισχύει τον φόβο και την αίσθηση αδυναμίας που χαρακτηρίζουν το οικολογικό-άγχος.

Ένα ακόμη επείγον περιβαλλοντικό ζήτημα είναι η έλλειψη νερού {29-31}. Η Ελλάδα αρχίζει να αντιμετωπίζει ελλείψεις νερού, ειδικά στα νησιά της, όπου τα πρότυπα βροχόπτωσης γίνονται πιο ακανόνιστα. Η ξηρασία, σε συνδυασμό με την υπερεκμετάλλευση των υδάτινων πόρων, απειλεί την παροχή γλυκού νερού για γεωργικές και καθημερινές ανάγκες. Αυτό αποτελεί σοβαρή ανησυχία για μια χώρα που εξαρτάται έντονα από τη γεωργία, ιδιαίτερα για προϊόντα όπως η ελιά και το κρασί. Η απειλή της λειψυδρίας προσθέτει στο αίσθημα ευαλωτότητας, καθώς επηρεάζει άμεσα τα μέσα διαβίωσης και την επισιτιστική ασφάλεια.

Ο ψυχολογικός αντίκτυπος αυτών των περιβαλλοντικών αλλαγών είναι σημαντικός. Πολλοί Έλληνες, ιδιαίτερα οι νεότερες γενιές, βιώνουν έντονο φόβο και αβεβαιότητα για το μέλλον. Το οικολογικό-άγχος εκδηλώνεται ως χρόνιο αίσθημα ανησυχίας για το πώς θα είναι ο κόσμος και η χώρα τους τις επόμενες δεκαετίες. Για έναν λαό τόσο στενά συνδεδεμένο με το περιβάλλον του, η μαρτυρία της υποβάθμισής του δημιουργεί ένα βαθύ αίσθημα απώλειας και ανημπορίας. Υπάρχει επίσης διάχυτος φόβος για τις μακροπρόθεσμες οικονομικές συνέπειες της κλιματικής αλλαγής. Εφόσον η Ελλάδα βασίζεται σε μεγάλο βαθμό στον τουρισμό και τη γεωργία — δύο τομείς που συνδέονται άρρηκτα με το περιβάλλον — οι ζημιές που προκαλεί η κλιματική αλλαγή απειλούν όχι μόνο την φυσική ομορφιά, αλλά και τη σταθερότητα της οικονομίας. Οι αγρότες, οι μικροεπιχειρηματίες και οι εργαζόμενοι σε παράκτιες περιοχές ανησυχούν ολοένα και περισσότερο ότι οι βάσεις της επιβίωσής τους κινδυνεύουν, αυξάνοντας το συναισθηματικό βάρος του οικο-άγχους.

Αυτό το αυξανόμενο αίσθημα ανησυχίας οδηγεί επίσης σε αποσύνδεση από τη φύση. Τόποι που παρείχαν παρηγοριά και γαλήνη, όπως τα ελληνικά δάση, οι παραλίες και τα βουνά, πλέον θεωρούνται ευάλωτοι ή κατεστραμμένοι. Για όσους βρίσκουν γαλήνη και ταυτότητα σε αυτά τα τοπία, αυτή η μεταμόρφωση προκαλεί αίσθημα αποξένωσης και θλίψης {32}. Ταυτόχρονα, το άγχος αυτό έχει ενισχύσει την άνοδο του περιβαλλοντικού ακτιβισμού, ιδιαίτερα μεταξύ των νέων στην Ελλάδα. Πολλοί ζητούν πιο αποφασιστική δράση από την κυβέρνηση για την κλιματική αλλαγή και πιο ολοκληρωμένες πολιτικές με στόχο τη μείωση της περιβαλλοντικής ζημιάς. Ωστόσο, η απογοήτευση που συχνά συνοδεύει αυτά τα αιτήματα — η αίσθηση ότι δεν γίνεται αρκετό ή ότι η κατάσταση είναι εκτός ελέγχου — εντείνει περαιτέρω το άγχος.

Σε απάντηση σε αυτές τις αυξανόμενες περιβαλλοντικές και ψυχολογικές προκλήσεις, η Ελλάδα έχει αρχίσει να λαμβάνει μέτρα για να αντιμετωπίσει τόσο τις οικολογικές καταστροφές όσο και τις συνέπειες για την ψυχική υγεία. Σε εθνικό επίπεδο, η κυβέρνηση εφαρμόζει πολιτικές που στοχεύουν στην αύξηση της ανθεκτικότητας στην κλιματική αλλαγή. Αυτές περιλαμβάνουν προσπάθειες μετάβασης σε ανανεώσιμες πηγές ενέργειας, βελτίωση των στρατηγικών πρόληψης και διαχείρισης πυρκαγιών, καθώς και προώθηση βιώσιμων γεωργικών πρακτικών. Παρότι αυτές οι πρωτοβουλίες είναι σημαντικές, συχνά θεωρούνται ανεπαρκείς δεδομένης της έκτασης του προβλήματος, και πολλοί πολίτες θεωρούν πως χρειάζεται πιο άμεση και ουσιαστική δράση.

Η ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΤΟΥ ΟΙΚΟΛΟΓΙΚΟΥ- ΑΓΧΟΥΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

Σε επίπεδο βάσης, οι περιβαλλοντικές ΜΚΟ και οι τοπικές κοινότητες παίζουν καθοριστικό ρόλο στην αντιμετώπιση τόσο των υλικών όσο και των συναισθηματικών επιπτώσεων της κλιματικής αλλαγής. Αυτές οι ομάδες επικεντρώνονται στην ενημέρωση του κοινού για περιβαλλοντικά ζητήματα, την αποκατάσταση των οικοσυστημάτων και την προώθηση βιώσιμων τρόπων ζωής. Προσφέροντας ευκαιρίες συμμετοχής σε δράσεις περιβαλλοντικής προστασίας, δίνουν στους ανθρώπους αίσθηση ελέγχου και ελπίδας μπροστά σε φαινομενικά ανυπέρβλητες προκλήσεις. Η συμμετοχή σε αναδασώσεις, η υποστήριξη τοπικών προγραμμάτων διαχείρισης υδάτων και η προώθηση οικολογικού τουρισμού είναι μερικοί από τους τρόπους με τους οποίους οι κοινότητες ενώνουν δυνάμεις για να προστατεύσουν το περιβάλλον τους και να αντιμετωπίσουν το οικολογικό-άγχος.

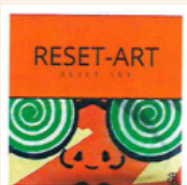
Οι επαγγελματίες ψυχικής υγείας στην Ελλάδα αρχίζουν επίσης να αναγνωρίζουν το οικολογικό-άγχος ως μια πραγματική ανησυχία και διερευνούν τρόπους υποστήριξης των ατόμων που το βιώνουν. Μία αναδυόμενη προσέγγιση είναι η οικοθεραπεία, η οποία ενθαρρύνει τους ανθρώπους να επανασυνδεθούν με τη φύση ως μέσο ψυχολογικής και συναισθηματικής ίασης. Με την ενίσχυση της βαθύτερης κατανόησης και εκτίμησης του φυσικού κόσμου, η οικοθεραπεία μπορεί να μειώσει τα αισθήματα απελπισίας και αποσύνδεσης. Επιπλέον, η ευαισθητοποίηση σχετικά με τις επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής στην ψυχική υγεία μπορεί να μειώσει το στίγμα που συχνά συνοδεύει το οικο-άγχος και να ενθαρρύνει περισσότερους ανθρώπους να ζητήσουν βοήθεια.

Η εκπαίδευση αποτελεί επίσης βασικό παράγοντα στην αντιμετώπιση του οικολογικό-άγχους. Σχολεία και πανεπιστήμια στην Ελλάδα δίνουν όλο και μεγαλύτερη έμφαση στην περιβαλλοντική εκπαίδευση και τον ακτιβισμό. Οι νέοι Έλληνες ενημερώνονται περισσότερο για τις τοπικές και παγκόσμιες διαστάσεις της κλιματικής αλλαγής και παίρνουν πιο ενεργό ρόλο στην προώθηση βιώσιμων πρακτικών. Αυτή η αυξανόμενη περιβαλλοντική συνείδηση δίνει δύναμη σε μια νέα γενιά να απαιτήσει πιο αυστηρές κλιματικές πολιτικές και να κρατήσει τους ηγέτες υπεύθυνους για τις πράξεις τους, προσφέροντας αίσθημα σκοπού και κατεύθυνσης μέσα στην αβεβαιότητα.

Το οικολογικό-άγχος στην Ελλάδα αντικατοπτρίζει ένα παγκόσμιο φαινόμενο που όμως είναι ιδιαίτερα έντονο σε μια χώρα τόσο βαθιά συνδεδεμένη με το φυσικό της περιβάλλον. Οι απειλές που φέρνει η κλιματική αλλαγή δεν είναι μόνο οικολογικές, αλλά και βαθιά προσωπικές, πολιτισμικές και ψυχολογικές. Καθώς η Ελλάδα συνεχίζει να αντιμετωπίζει αυτές τις προκλήσεις, θα είναι κρίσιμο να δοθεί προσοχή τόσο στην περιβαλλοντική καταστροφή όσο και στις επιπτώσεις στην ψυχική υγεία, διασφαλίζοντας ότι η φυσική ομορφιά της χώρας – και η ευημερία των ανθρώπων της – θα διατηρηθούν για τις επόμενες γενιές.

Στο πλαίσιο του έργου RESET-ART, σε αυτόν τον τομέα θα περιγράψουμε 5 βέλτιστες πρακτικές από την Ελλάδα, ώστε να κατανοήσουμε καλύτερα πώς οι νέοι μπορούν να αντιμετωπίσουν το οικολογικό-άγχος και πώς οι πολιτιστικές δραστηριότητες μπορούν να συμβάλουν στην ψυχική τους υγεία.





2023-1-FR02-KA210-YOU-000160802



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

ΟΙ ΚΑΛΕΣ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

1. Eco-Art Therapy Workshops

Στόχος:

Για να βοηθηθούν οι νέοι να διαχειριστούν το οικολογικό-άγχος, συνδυάζοντας την καλλιτεχνική έκφραση με περιβαλλοντικά θέματα, οργανώνονται εργαστήρια οικολογικής-θεραπείας μέσω τέχνης. Αυτά τα εργαστήρια διευθύνονται από εκπαιδευμένους θεραπευτές τέχνης ή επαγγελματίες ψυχικής υγείας που κατανοούν τον συναισθηματικό και ψυχολογικό αντίκτυπο της κλιματικής αλλαγής στη νοοτροπία των νέων. Κατά τη διάρκεια της διαδικασίας, χρησιμοποιούν δημιουργικές μεθόδους όπως ζωγραφική, σχέδιο, γλυπτική και μουσική, για να βοηθήσουν τους συμμετέχοντες να εξωτερικεύσουν και να επεξεργαστούν τα συναισθήματα άγχους, φόβου και αδυναμίας που σχετίζονται με την περιβαλλοντική υποβάθμιση.

Τα εργαστήρια αυτά περιλαμβάνουν θέματα όπως η αποδάσωση, η ρύπανση, η απώλεια βιοποικιλότητας και η κλιματική αλλαγή, δίνοντας στους συμμετέχοντες την ευκαιρία να σκεφτούν πάνω σε αυτά τα ζητήματα ενώ παράλληλα εκφράζουν τις συναισθηματικές τους αντιδράσεις. Για παράδειγμα, ένας συμμετέχων μπορεί να δημιουργήσει έναν πίνακα που απεικονίζει έναν κόσμο επηρεασμένο από την κλιματική αλλαγή, εκφράζοντας τον φόβο του με οπτικό τρόπο που τον βοηθά να επεξεργαστεί τα συναισθήματά του χωρίς λόγια.

Σε πολλές περιπτώσεις, τα εργαστήρια ενθαρρύνουν ομαδικές δραστηριότητες, όπου οι συμμετέχοντες συνεργάζονται για να δημιουργήσουν τοιχογραφίες ή γλυπτά που απεικονίζουν συλλογικές λύσεις στα περιβαλλοντικά προβλήματα. Αυτή η συνεργατική προσέγγιση ενισχύει το αίσθημα της κοινότητας και του κοινού σκοπού, βοηθώντας στην ανακούφιση των αισθημάτων απομόνωσης και αδυναμίας.

Ορισμένα ελληνικά εργαστήρια οικολογικής-θεραπείας μέσω τέχνης ενσωματώνουν φυσικά στοιχεία στη δημιουργική διαδικασία, όπως χώμα, φύλλα, άμμο ή ανακυκλωμένα υλικά για τη δημιουργία γλυπτών ή έργων τέχνης. Αυτή η πρακτική συνδέει τους συμμετέχοντες πιο βαθιά με τη φύση και τονίζει τη βιωσιμότητα, ενώ ταυτόχρονα ενισχύει τη δημιουργικότητά τους.

Επιπτώσεις:

Μέσω αυτών των δημιουργικών πρακτικών, οι νέοι μπορούν να εκφράσουν πολύπλοκα συναισθήματα σχετικά με το οικολογικό-άγχος χωρίς να βασίζονται αποκλειστικά στα λόγια. Αυτή η διαδικασία μπορεί να προσφέρει συναισθηματική ανακούφιση, καθώς διοχετεύουν τις ανησυχίες τους για την κλιματική αλλαγή σε κάτι απτό και εκφραστικό.

Τα εργαστήρια συχνά ενθαρρύνουν τους συμμετέχοντες να φανταστούν θετικές περιβαλλοντικές αλλαγές μέσα από την τέχνη τους, βοηθώντας να αναπτυχθεί ένα αίσθημα δράσης απέναντι σε ένα παγκόσμιο πρόβλημα που διαφορετικά μπορεί να μοιάζει συντριπτικό. Αυτή η εστίαση στις λύσεις, και όχι μόνο στα προβλήματα, προάγει την ανθεκτικότητα και την ελπίδα.

Στην Ελλάδα, τα εργαστήρια οικολογικής-θεραπείας μέσω τέχνης συχνά ενσωματώνουν παραδοσιακές πολιτισμικές πρακτικές και συμβολισμούς, αντλώντας από τον πλούσιο μύθο και τις πιστεύω της φύσης της χώρας. Αυτή η σύνδεση μεταξύ πολιτισμού και περιβάλλοντος ενισχύει την ταυτότητα και το αίσθημα του ανήκειν των νέων, ενώ παράλληλα αντιμετωπίζει σύγχρονα ζητήματα όπως το οικολογικό-άγχος.

Ορισμένα παραδείγματα οργανισμών που έχουν υλοποιήσει τέτοιες πρωτοβουλίες είναι πρώτα η «Greenpeace Ελλάς». Σε συνεργασία με τοπικούς καλλιτέχνες και εκπαιδευτικούς, έχουν διοργανώσει δημιουργικά εργαστήρια που εστιάζουν στην περιβαλλοντική ευαισθητοποίηση μέσω καλλιτεχνικών μέσων. Επίσης, το «Μουσείο Σύγχρονης Τέχνης» στην Αθήνα είναι γνωστό για τη φιλοξενία διαδραστικών καλλιτεχνικών εκδηλώσεων, όπου εξετάζονται θέματα περιβάλλοντος και ψυχικής υγείας μέσω της δημιουργικότητας.

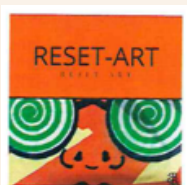
Αποτελέσματα:

Οι συμμετέχοντες αναφέρουν ότι αισθάνονται πιο συναισθηματικά ισορροπημένοι και ικανοί να αντιμετωπίσουν το οικολογικό-άγχος μετά τη συμμετοχή τους σε αυτά τα εργαστήρια, καθώς έχουν την ευκαιρία να εκφράσουν δύσκολα συναισθήματα σε ένα υποστηρικτικό και δημιουργικό περιβάλλον.

– Πολλά εργαστήρια ενισχύουν ισχυρούς κοινωνικούς δεσμούς μεταξύ των συμμετεχόντων, οι οποίοι βοηθούν περαιτέρω στην ανακούφιση του οικολογικού-άγχους, παρέχοντας ένα δίκτυο ατόμων με κοινό ενδιαφέρον για την περιβαλλοντική δράση.

– Πέρα από την προσωπική θεραπεία, αυτά τα εργαστήρια συμβάλλουν στην ευαισθητοποίηση του ευρύτερου κοινού για το περιβάλλον. Τα έργα τέχνης που παράγονται συχνά εκτίθενται σε δημόσιους χώρους, αυξάνοντας την ενημέρωση για τα ζητήματα της κλιματικής αλλαγής και το συναισθηματικό βάρος που αυτά επιφέρουν στους νέους.

Συνοψίζοντας, τα ελληνικά εργαστήρια οικολογικής-θεραπείας μέσω τέχνης αποτελούν μια ολιστική προσέγγιση για την υποστήριξη των νέων στην αντιμετώπιση του οικολογικού-άγχους, συνδυάζοντας τη δημιουργική έκφραση με την περιβαλλοντική δράση. Μέσω της τέχνης, αυτά τα εργαστήρια προάγουν τη θεραπεία, την κοινότητα και μια ενεργητική στάση απέναντι στις ψυχικές επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής.



2023-1-FR02-KA210-YOU-000160802



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

ΟΙ ΚΑΛΕΣ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

«1. Δημόσιες Καλλιτεχνικές Εγκαταστάσεις για την Κλιματική Αλλαγή»

Στόχος:

Να προσφέρει μια μοναδική πλατφόρμα όπου η δημιουργικότητα των νέων συναντά την περιβαλλοντική δράση, χρησιμοποιώντας την τέχνη ως μέσο για την ευαισθητοποίηση και την έμπνευση δράσης σε θέματα κλιματικής αλλαγής. Αυτές οι εγκαταστάσεις τέχνης έχουν σχεδιαστεί για να εμπλέκουν τόσο τους δημιουργούς όσο και το ευρύτερο κοινό σε ουσιαστικές συζητήσεις γύρω από τις περιβαλλοντικές προκλήσεις, όπως η κλιματική αλλαγή, η ρύπανση και η υποβάθμιση των οικοσυστημάτων, ενώ παράλληλα αντιμετωπίζουν το οικο-άγχος που βιώνουν οι νέοι.

Οι δημόσιες εγκαταστάσεις τέχνης είναι συνήθως συνεργατικά έργα, με τη συμμετοχή νέων, καλλιτεχνών, εκπαιδευτικών και συχνά περιβαλλοντικών οργανώσεων. Η διαδικασία είναι ιδιαίτερα διαδραστική, ξεκινώντας με συνεδρίες ιδεοθύελλας όπου οι νέοι συζητούν τα περιβαλλοντικά θέματα που θέλουν να αναδείξουν. Οι νέοι συμμετέχουν σε όλα τα στάδια του έργου — από τη διαμόρφωση της ιδέας, τη συλλογή υλικών, μέχρι την κατασκευή της εγκατάστασης. Αυτή η πρακτική συμμετοχή τους επιτρέπει να εκφράσουν τις ανησυχίες και τις ιδέες τους και ταυτόχρονα τους δίνει την αίσθηση ιδιοκτησίας του μηνύματος που στέλνουν στο κοινό.

Μερικά από τα θέματα που προβάλλονται είναι η άνοδος της στάθμης της θάλασσας, η αποψίλωση των δασών, η απώλεια βιοποικιλότητας, η πλαστική ρύπανση και η ατμοσφαιρική ρύπανση. Για παράδειγμα, ένα γλυπτό ψαριού μπορεί να αποτελείται εξ ολοκλήρου από πλαστικά μπουκάλια ή ένα δέντρο να είναι φτιαγμένο από παλιοσίδερα, συμβολίζοντας τόσο την περιβαλλοντική υποβάθμιση όσο και το δυναμικό των βιώσιμων πρακτικών να αντιστρέψουν αυτές τις επιπτώσεις.

Επιπτώσεις:

- Το οικολογικό-άγχος αντιμετωπίζεται με τη μετατροπή των αρνητικών συναισθημάτων σε θετική δράση μέσω της τέχνης. Οι νέοι που αισθάνονται συχνά συντρίμμενοι από το μέγεθος της κλιματικής κρίσης μπορούν να διοχετεύσουν τα συναισθήματά τους στη δημιουργία κάτι απτού και ουσιαστικού.
- Η δημόσια φύση αυτών των εγκαταστάσεων καλλιεργεί αίσθημα σκοπού και κοινότητας. Βλέποντας το έργο τους σε δημόσιους χώρους, οι συμμετέχοντες νιώθουν ότι συμβάλλουν στον διάλογο για το κλίμα, μειώνοντας έτσι τα αισθήματα αδυναμίας.
- Προβληματισμός και ελπίδα: Πολλές εγκαταστάσεις εστιάζουν επίσης σε ελπιδοφόρα στοιχεία, παρουσιάζοντας τη δυνατότητα θετικών αλλαγών αν τα άτομα αναλάβουν δράση. Για παράδειγμα, μια εγκατάσταση μπορεί να ξεκινά με εικόνες καταστροφής και να καταλήγει σε πράσινα τοπία ή σύμβολα ανανεώσιμης ενέργειας, αντιπροσωπεύοντας την πορεία προς ένα καλύτερο μέλλον.

Παραδείγματα δημόσιων εγκαταστάσεων τέχνης στην Ελλάδα:

1. Διεθνές Φεστιβάλ Τεχνών Αθήνας: Ένα σημαντικό πολιτιστικό γεγονός που έχει φιλοξενήσει πολλές δημόσιες εγκαταστάσεις με περιβαλλοντικά θέματα. Νέοι καλλιτέχνες και περιβαλλοντολόγοι συνεργάζονται για να δημιουργήσουν μεγάλης κλίμακας έργα που αναδεικνύουν ζητήματα όπως η αστική ρύπανση και η ανθεκτικότητα στην κλιματική αλλαγή.
2. Έργα Τέχνης από Ανακυκλωμένα Υλικά σε Πόλεις: Πόλεις όπως η Θεσσαλονίκη έχουν ξεκινήσει πρωτοβουλίες όπου νέοι δημιουργούν γλυπτά ή τοιχογραφίες από αποκλειστικά ανακυκλωμένα υλικά, προσφέροντας καλλιτεχνική έκφραση και υπενθύμιση της ανάγκης για βιώσιμη αστική ζωή.
3. Περιβαλλοντικές Τοιχογραφίες στα Ελληνικά Νησιά: Σε νησιά όπου το περιβάλλον αποτελεί πηγή ζωής αλλά και απειλή, δημιουργούνται τοιχογραφίες που αναδεικνύουν την ευθραυστότητα των θαλάσσιων οικοσυστημάτων. Οι νέοι συμμετέχουν στη δημιουργία αυτών των δημόσιων έργων, προσεγγίζοντας ντόπιους και τουρίστες για την προστασία της θαλάσσιας ζωής.
4. Δημόσιες Εγκαταστάσεις σε Σχολεία και Πανεπιστήμια: Εκπαιδευτικά ιδρύματα στην Ελλάδα συμμετέχουν σε περιβαλλοντικά έργα τέχνης, με τους φοιτητές να δημιουργούν εγκαταστάσεις που αναδεικνύουν ζητήματα όπως η αποψίλωση των δασών ή η έλλειψη νερού.

Αποτελέσματα:

- –Ευαισθητοποίηση: Οι δημόσιες εγκαταστάσεις φτάνουν σε ευρύ κοινό, προκαλώντας συζητήσεις για την κλιματική αλλαγή με τρόπους που η παραδοσιακή ακτιβιστική δράση ίσως δεν μπορεί. Η οπτική τους δύναμη προσελκύει ακόμα και αυτούς που δεν ασχολούνται ενεργά με περιβαλλοντικά θέματα.
- Ενδυνάμωση των Νέων: Μέσω της δημιουργικής πλατφόρμας που τους προσφέρεται, οι νέοι αναλαμβάνουν ιδιοκτησία του θέματος και βλέπουν τη φωνή τους να έχει επιρροή στον δημόσιο διάλογο.
- Καλλιέργεια Κοινοτικού Διαλόγου: Οι εγκαταστάσεις φέρνουν κοντά ανθρώπους για να συζητήσουν, να εκπαιδευτούν και να δράσουν συλλογικά για την κλιματική αλλαγή.

Συνοψίζοντας, οι δημόσιες εγκαταστάσεις τέχνης για την κλιματική αλλαγή στην Ελλάδα αποτελούν έναν ισχυρό συνδυασμό δημιουργικής έκφρασης, περιβαλλοντικού ακτιβισμού και κοινοτικής συμμετοχής. Προσφέρουν στους νέους έναν τρόπο να αντιμετωπίσουν το οικο-άγχος τους, ενώ ταυτόχρονα συμβάλλουν στην ενημέρωση και την ενεργό συμμετοχή του κοινού σε περιβαλλοντικά ζητήματα.

ΟΙ ΚΑΛΕΣ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

1. Αφήγηση και Θεατρικές Παραστάσεις

Στόχος:

Να ζωντανέψουν οι περιβαλλοντικές προκλήσεις μέσα από δημιουργικές αφηγήσεις και δράματα, με τρόπους που καθιστούν τα ζητήματα πιο προσιτά και ταυτόχρονα προσφέρουν μια κάθαρση συναισθηματικής έκφρασης και συλλογικής επίλυσης προβλημάτων. Τα έργα και οι παραστάσεις συχνά γράφονται γύρω από τις τρέχουσες περιβαλλοντικές κρίσεις, όπως η κλιματική αλλαγή, η αποψίλωση των δασών, η ρύπανση και η εξαφάνιση ειδών. Αυτά τα θέματα παρουσιάζονται μέσω αφηγήσεων που αντικατοπτρίζουν τις πραγματικές συνέπειες, βοηθώντας να ανθρωποποιηθούν αφηρημένα ζητήματα όπως η αύξηση της θερμοκρασίας και η καταστροφή των βιοτόπων.

Οι παραστάσεις συχνά χρησιμοποιούν συμβολικούς χαρακτήρες που αντιπροσωπεύουν στοιχεία της φύσης, όπως δάση, ποτάμια ή απειλούμενα ζώα, και τους αντιπαραβάλλουν με χαρακτήρες που συμβολίζουν την ανθρώπινη δραστηριότητα, όπως βιομήχανους ή καταναλωτές. Αυτό δημιουργεί μια σαφή οπτική και συναισθηματική διάκριση μεταξύ των δυνάμεων που συντελούν στην περιβαλλοντική καταστροφή και της φύσης που χρειάζεται προστασία.

Η Ελλάδα διαθέτει πλούσια παράδοση μυθολογικής αφήγησης, η οποία μερικές φορές ενσωματώνεται σε αυτές τις θεματικές περιβαλλοντικές παραστάσεις. Αντλώντας παραλληλισμούς ανάμεσα στους αρχαίους ελληνικούς μύθους και τις σύγχρονες περιβαλλοντικές προκλήσεις, οι παραστάσεις αυτές προσφέρουν έναν πολιτισμικό φακό μέσα από τον οποίο οι νέοι μπορούν να κατανοήσουν το οικολογικό-άγχος.

Επιπτώσεις:

- Οι παραστάσεις επιτρέπουν στους νέους να επεξεργαστούν σύνθετα συναισθήματα σχετικά με την κλιματική αλλαγή και την περιβαλλοντική υποβάθμιση. Μέσω χαρακτήρων και αφηγήσεων, οι νέοι εκφράζουν συναισθήματα φόβου, αδυναμίας ή ενοχής με παραγωγικό τρόπο, προσφέροντας συναισθηματική απελευθέρωση.
- Η συλλογική φύση του θεάτρου καλλιεργεί κοινή κατανόηση του οικολογικού-άγχους. Βλέποντας τα συναισθήματά τους να αντανακλώνται σε χαρακτήρες στη σκηνή και συζητώντας τα μετά με συνομηλίκους, βοηθά στη μορφοποίηση αυτών των συναισθημάτων και δημιουργεί αίσθημα αλληλεγγύης.
- Οι παραστάσεις συχνά συνοδεύονται από ομαδικές συζητήσεις ή εργαστήρια, όπου συμμετέχοντες και θεατές μπορούν να προβληματιστούν πάνω στα θέματα. Αυτό διευκολύνει βαθύτερη κατανόηση και δημιουργεί ασφαλές περιβάλλον για τους νέους να μοιραστούν το οικολογικό-άγχος τους.
- Πολλές παραστάσεις επιδιώκουν όχι μόνο να αναδείξουν τα προβλήματα, αλλά και να προσφέρουν ελπιδοφόρες, προσανατολισμένες σε λύσεις αφηγήσεις. Οι χαρακτήρες μπορεί να βρουν τρόπους να αποκαταστήσουν την ισορροπία στο περιβάλλον, ενθαρρύνοντας το κοινό να σκεφτεί τις δικές του δυνατότητες για δράση.

Αποτελέσματα:

Η αφήγηση και το θέατρο δίνουν φωνή στους νέους, ενδυναμώνοντάς τους να αναλάβουν ενεργό ρόλο στον περιβαλλοντικό διάλογο. Βλέποντας τα συναισθήματα και τις ανησυχίες τους να αντανακλώνται σε ιστορίες και θεατρικά έργα, οι νέοι ενθαρρύνονται να νιώσουν ότι οι φόβοι τους για το μέλλον είναι έγκυροι και ότι έχουν ρόλο στη διαμόρφωσή του.

Αυτές οι παραστάσεις εξυπηρετούν διπλό σκοπό: να καλύψουν τις εσωτερικές συναισθηματικές ανάγκες των νέων και να αυξήσουν τη δημόσια ευαισθητοποίηση για τα περιβαλλοντικά ζητήματα. Το κοινό, συχνά αποτελούμενο από συνομηλίκους, γονείς και μέλη της κοινότητας, φεύγει με βαθύτερη κατανόηση τόσο της ψυχολογικής επίπτωσης της κλιματικής αλλαγής όσο και της επείγουσας ανάγκης για δράση.

Συμπερασματικά, η αφήγηση και οι θεατρικές παραστάσεις στην Ελλάδα λειτουργούν ως ισχυρά εργαλεία για την αντιμετώπιση του οικολογικού-άγχους, συνδυάζοντας συναισθηματική έκφραση, περιβαλλοντική εκπαίδευση και κοινοτική συμμετοχή. Βοηθούν τους νέους να επεξεργαστούν τους φόβους τους, ενώ παράλληλα ενθαρρύνουν τον δημόσιο διάλογο για την κλιματική αλλαγή, προσφέροντας τόσο δημιουργική διέξοδο όσο και πηγή ελπίδας για το μέλλον.

ΟΙ ΚΑΛΕΣ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

1. Περιβαλλοντικό Φεστιβάλ Κινηματογράφου

Στόχος:

Να προσφέρει στους νέους μια δημιουργική διέξοδο μέσα από τη δημιουργία ταινιών, ώστε να εκφράσουν τις ανησυχίες τους για το περιβάλλον, ενώ παράλληλα συμμετέχουν σε δράσεις ευαισθητοποίησης και ακτιβισμού.

Τα φεστιβάλ προβάλλουν ταινίες που ασχολούνται με καίρια περιβαλλοντικά ζητήματα, όπως η κλιματική αλλαγή, η απώλεια βιοποικιλότητας, η ρύπανση από πλαστικά, η αποψίλωση των δασών, η έλλειψη νερού και οι ανανεώσιμες πηγές ενέργειας. Οι ταινίες συχνά αναδεικνύουν τον ανθρώπινο αντίκτυπο στο περιβάλλον και εξερευνούν τις συναισθηματικές και ψυχολογικές συνέπειες, όπως το οικολογικό-άγχος, που προκύπτουν από την παρακολούθηση της περιβαλλοντικής καταστροφής. Οι ταινίες μπορεί να είναι ντοκιμαντέρ με επιστημονικές πληροφορίες και πραγματικά παραδείγματα ή μυθοπλαστικές που δραματοποιούν τα θέματα αυτά με πιο προσωπικό ή συμβολικό τρόπο.

Τα περιβαλλοντικά φεστιβάλ κινηματογράφου λειτουργούν ως ισχυρά εργαλεία για την ενεργό συμμετοχή της κοινότητας, φέρνοντας τα περιβαλλοντικά ζητήματα στο επίκεντρο του δημόσιου διαλόγου. Οι προβολές συνήθως συνοδεύονται από συζητήσεις, ερωτήσεις και απαντήσεις και πάνελ με σκηνοθέτες, περιβαλλοντολόγους και ειδικούς στην κλιματική αλλαγή. Αυτό επιτρέπει στο κοινό, ειδικά στους νέους, να εμπλακούν σε συζητήσεις για τις ταινίες και να διερευνήσουν λύσεις στην πράξη. Τα φεστιβάλ προσελκύουν ποικίλο κοινό — τοπικές κοινότητες, φοιτητές, ακτιβιστές, εκπαιδευτικούς και φορείς πολιτικής — ενισχύοντας τον ευρύ δημόσιο διάλογο για την επείγουσα ανάγκη περιβαλλοντικής δράσης. Ειδικές προβολές για σχολεία και πανεπιστήμια είναι επίσης συχνές, καθιστώντας τα φεστιβάλ εκπαιδευτικό πόρο για μαθητές και φοιτητές.

Πολλές από τις ταινίες που προβάλλονται απευθείας αντιμετωπίζουν το οικολογικό-άγχος, παρουσιάζοντας τον ψυχικό και συναισθηματικό αντίκτυπο της περιβαλλοντικής καταστροφής σε άτομα και κοινότητες. Οι ταινίες αυτές μπορεί να αφηγούνται ιστορίες κλιματικών προσφύγων, νέων ακτιβιστών που νιώθουν καταβεβλημένοι από το μέγεθος της κρίσης, ή κοινοτήτων που έχουν πληγεί από φυσικές καταστροφές. Κάποιες εξερευνούν τις ψυχολογικές επιπτώσεις της μαρτυρίας της περιβαλλοντικής υποβάθμισης, αντικατοπτρίζοντας συναισθήματα απελπισίας, απογοήτευσης ή φόβου για το μέλλον, ενώ άλλες προβάλλουν ιστορίες ανθεκτικότητας, ελπίδας και δράσης, δείχνοντας πώς άτομα και κοινότητες αγωνίζονται ενάντια στην υποβάθμιση του περιβάλλοντος.

Παραδείγματα Φεστιβάλ Περιβαλλοντικού Κινηματογράφου στην Ελλάδα:

- Διεθνές Φεστιβάλ Ντοκιμαντέρ Πελοποννήσου
- EcoFilms Festival (Ρόδος)
- Διεθνές Φεστιβάλ Κινηματογράφου Αθήνας – Περιβαλλοντική Ενότητα

Επιπτώσεις και Αποτελέσματα

Η δημιουργία ταινιών προσφέρει στους νέους μια διέξοδο να εκφράσουν δημιουργικά το οικολογικό-άγχος τους. Μέσω της αφήγησης, της κινηματογραφίας και των οπτικών μέσων, μεταφέρουν τα συναισθήματα που τους προκαλεί η κλιματική κρίση με τρόπο που αγγίζει τους θεατές, βοηθώντας να μειωθεί το αίσθημα απομόνωσης.

- Οι ταινίες που προβάλλονται εμπνέουν τόσο τους δημιουργούς όσο και το κοινό να δράσουν για το περιβάλλον. Παρακολουθώντας ταινίες που έχουν φτιαχτεί από συνομηλίκους τους, οι νέοι νιώθουν πιο συνδεδεμένοι με το παγκόσμιο κίνημα νέων για το κλίμα και συχνά ενθαρρύνονται να συμμετάσχουν σε ακτιβιστικές δράσεις, είτε μέσω προσωπικής δράσης, είτε μέσα από την κοινότητα ή την υπεράσπιση πολιτικών.
- Η κινηματογραφία βοηθά τους νέους να αισθανθούν ενεργούς συμμετέχοντες στον περιβαλλοντικό διάλογο, όχι απλώς παθητικούς παρατηρητές της υποβάθμισης του περιβάλλοντος. Αυτό το αίσθημα δράσης είναι κρίσιμο για την αντιμετώπιση του οικολογικού-άγχους, καθώς ενισχύει την ελπίδα και την ενδυνάμωση.
- Τα φεστιβάλ δημιουργούν ένα υποστηρικτικό περιβάλλον όπου οι νέοι μπορούν να συναντήσουν άλλους που μοιράζονται τις ίδιες ανησυχίες για την κλιματική κρίση. Μέσω συζητήσεων, εργαστηρίων ή δικτύωσης, τα φεστιβάλ συμβάλλουν στη δημιουργία μιας κοινότητας με κοινά ενδιαφέροντα, προσφέροντας αμοιβαία υποστήριξη στην αντιμετώπιση του οικολογικού-άγχους.
- Παρέχουν επίσης ευκαιρίες συνεργασίας με μέντορες και επαγγελματίες τόσο από τον χώρο του κινηματογράφου όσο και από την περιβαλλοντική επιστήμη, δίνοντας καθοδήγηση για το πώς η καλλιτεχνική έκφραση μπορεί να συνδυαστεί με τον ακτιβισμό.
- Τα φεστιβάλ παίζουν σημαντικό ρόλο στην εκπαίδευση του κοινού για τις πραγματικότητες της κλιματικής αλλαγής και τις επιπτώσεις της στο φυσικό περιβάλλον και την κοινωνία. Προβάλλοντας ταινίες που δείχνουν τον πραγματικό αντίκτυπο, τα φεστιβάλ αυξάνουν την ευαισθητοποίηση σε θεατές όλων των ηλικιών.
- Πολλές ταινίες ξεπερνούν απλώς την ανάδειξη των προβλημάτων και προωθούν λύσεις, όπως βιώσιμες πρακτικές, προσπάθειες διατήρησης και πράσινες τεχνολογίες. Αυτές οι αφηγήσεις προσανατολισμένες στη λύση εμπνέουν δράση τόσο στους δημιουργούς όσο και στο κοινό, βοηθώντας στην καταπολέμηση του αισθήματος αδυναμίας που συχνά συνοδεύει το οικολογικό-άγχος.

Συνολικά, τα περιβαλλοντικά φεστιβάλ κινηματογράφου στην Ελλάδα προσφέρουν μια ισχυρή πλατφόρμα για τους νέους να αντιμετωπίσουν το οικολογικό-άγχος μέσω της δημιουργικής διαδικασίας της κινηματογραφίας. Εστιάζοντας σε περιβαλλοντικές θεματικές, τα φεστιβάλ προάγουν τόσο τη δημιουργική έκφραση όσο και τη δημόσια συμμετοχή, βοηθώντας τους νέους να επεξεργαστούν τα συναισθήματά τους για την κλιματική κρίση και να γίνουν μέρος ενός ευρύτερου κινήματος περιβαλλοντικής δράσης.

ΟΙ ΚΑΛΕΣ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

1. Πολιτιστικά Εργαστήρια Παραδοσιακής Οικολογικής Γνώσης

Στόχος:

Να συνδυάσουν την αρχαία σοφία με τις σύγχρονες περιβαλλοντικές προκλήσεις, δημιουργώντας μια γέφυρα μεταξύ των παραδοσιακών ελληνικών πρακτικών βιωσιμότητας και της σύγχρονης οικολογικής συνείδησης. Τα εργαστήρια αυτά βοηθούν τους νέους όχι μόνο να κατανοήσουν και να επανασυνδεθούν με την πολιτιστική τους κληρονομιά, αλλά και να εφαρμόσουν μεθόδους οικολογικής ισορροπίας που έχουν δοκιμαστεί στον χρόνο για να αντιμετωπίσουν τις σημερινές περιβαλλοντικές κρίσεις.

Τα εργαστήρια εστιάζουν στην παραδοσιακή ελληνική οικολογική γνώση που προέρχεται από αρχαίες πρακτικές γεωργίας, αλιείας, δόμησης και διαχείρισης γης. Οι Έλληνες ιστορικά ζούσαν σε αρμονία με τη φύση, και πολλές από τις βιώσιμες πρακτικές τους, όπως η εναλλαγή καλλιεργειών, η διατήρηση του νερού και η διαχείριση των δασών, παραμένουν επίκαιρες.

Τα εργαστήρια καλύπτουν ποικίλες παραδοσιακές οικολογικές πρακτικές, όπως η βιώσιμη γεωργία, η περμακουλτούρα και η καλλιέργεια ντόπιων φυτών κατάλληλων για το μεσογειακό κλίμα της Ελλάδας. Επίσης, περιλαμβάνουν τη διαχείριση του νερού, τη βιοποικιλότητα και τη διαχείριση οικοσυστημάτων: οι Έλληνες είχαν βαθύ σεβασμό προς τα οικοσυστήματά τους, που οδήγησε σε πρακτικές προστασίας της τοπικής βιοποικιλότητας. Στα εργαστήρια διδάσκονται κύκλοι φύτευσης, πολυκαλλιέργεια και συντροφικές φυτεύσεις — στρατηγικές που βοηθούσαν τους αρχαίους Έλληνες να διατηρούν γόνιμα εδάφη και υγιή οικοσυστήματα.

Τα εργαστήρια είναι διαδραστικά και βιωματικά, δίνοντας τη δυνατότητα στους συμμετέχοντες να εφαρμόσουν άμεσα τις παραδοσιακές οικολογικές τεχνικές. Για παράδειγμα, οι νέοι μπορεί να συμμετέχουν σε συνεδρίες φύτευσης όπου εφαρμόζουν αρχαίες γεωργικές μεθόδους, ή να μάθουν πώς να κατασκευάζουν ξηρολιθικά τοιχεία — μια τεχνική που χρησιμοποιείται για τον έλεγχο της διάβρωσης και την κατασκευή αναβαθμίσεων χωρίς τσιμέντο.

Τα εργαστήρια συνδέουν επίσης την ελληνική μυθολογία με την περιβαλλοντική ηθική. Πολλοί αρχαίοι μύθοι, όπως αυτοί της Δήμητρας (θεάς της γεωργίας) ή του Ποσειδώνα (θεού των θαλασσών), συνδέονται με φυσικά στοιχεία, τονίζοντας τη σημασία του σεβασμού προς το περιβάλλον.

Η αφήγηση παίζει σημαντικό ρόλο στα εργαστήρια, καθώς οι εμπυχωτές χρησιμοποιούν μύθους και αρχαίες ιστορίες για να εξηγήσουν γιατί οι αρχαίοι Έλληνες εκτιμούσαν την περιβαλλοντική αρμονία. Αυτή η πολιτισμική αφήγηση ενισχύει την ιδέα ότι η οικολογική φροντίδα έχει βαθιές ρίζες στην ελληνική ταυτότητα, εμπνέοντας τους νέους να αντιμετωπίσουν σοβαρά τις σύγχρονες περιβαλλοντικές προκλήσεις.

Επιπτώσεις:

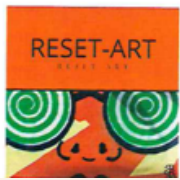
Τα εργαστήρια συμβάλλουν στην καταπολέμηση του οικολογικού-άγχους με πολλούς τρόπους. Προάγουν την περιβαλλοντική αρμονία και βιωσιμότητα, διδάσκοντας παραδοσιακές οικολογικές πρακτικές που εφαρμόζονται εδώ και αιώνες. Αυτή η γνώση δίνει στους νέους την πεποίθηση ότι ο άνθρωπος μπορεί να συνυπάρξει αρμονικά με το περιβάλλον, προσφέροντας μια θετική προοπτική για το μέλλον. Επιπλέον, συνδέουν τους νέους με την πολιτιστική τους κληρονομιά, ενισχύοντας το αίσθημα συνέχειας και ευθύνης.

Τα εργαστήρια παρέχουν επίσης πρακτικές δεξιότητες βιώσιμης ζωής, όπως βιώσιμη κηπουρική, διατήρηση νερού και δόμηση με φυσικά υλικά. Αυτές οι δεξιότητες βοηθούν στη μείωση του οικολογικού-άγχους προσφέροντας απτές δράσεις ενάντια στην περιβαλλοντική υποβάθμιση. Επιπλέον, τονίζεται η διαγενεακή μάθηση, καθώς μεγαλύτερα μέλη της κοινότητας μοιράζονται τις γνώσεις τους με τους νέους. Αυτό δημιουργεί αίσθημα κοινότητας και συλλογικής ευθύνης, μειώνοντας το οικο-άγχος με την ιδέα ότι η συλλογική δράση είναι δυνατή και αποτελεσματική.

Το βασικό μήνυμα των εργαστηρίων είναι η ανθεκτικότητα: οι παραδοσιακές οικολογικές πρακτικές βοηθούν άτομα και κοινότητες να προσαρμοστούν στις σύγχρονες περιβαλλοντικές προκλήσεις. Βλέποντας πώς οι προηγούμενες γενιές ξεπέρασαν περιβαλλοντικά εμπόδια με βιώσιμες πρακτικές, οι νέοι αποκτούν ελπίδα και δύναμη να αντιμετωπίσουν την κλιματική κρίση. Αυτό το θετικό πλαίσιο αντικαθιστά την απόγνωση με αίσθημα δράσης και αισιοδοξίας, γνωρίζοντας ότι οι βιώσιμες πρακτικές έχουν βαθιές ρίζες στον πολιτιστικό τους παρελθόν.

Παραδείγματα εργαστηρίων παραδοσιακής οικολογικής γνώσης στην Ελλάδα:

- Δίκτυο Πελίτι: Επικεντρώνεται στη διατήρηση παραδοσιακών σπόρων και διοργανώνει εργαστήρια όπου οι συμμετέχοντες μαθαίνουν για κληρονομικούς σπόρους, βιώσιμη γεωργία και τη σημασία της διατήρησης της βιοποικιλότητας.
- Πολιτιστικά και Περιβαλλοντικά Εκπαιδευτικά Εργαστήρια στην Κρήτη: Στο νησί της Κρήτης, διοργανώνονται εργαστήρια που διδάσκουν τις γεωργικές τεχνικές και τα συστήματα διαχείρισης νερού του Μινωικού πολιτισμού. Παρέχουν πρακτική γνώση για αρχαίες τεχνικές άρδευσης και βιώσιμης χρήσης γης, χρήσιμη για την αντιμετώπιση της σύγχρονης έλλειψης νερού.
- Εργαστήρια Παραδοσιακής Ελληνικής Αρχιτεκτονικής: Εστιάζουν στις παραδοσιακές τεχνικές δόμησης, όπου οι συμμετέχοντες μαθαίνουν φιλικές προς το περιβάλλον μεθόδους κατασκευής που χρησιμοποιούν τοπικά υλικά και δίνουν έμφαση στη δόμηση σε αρμονία με το φυσικό τοπίο, μειώνοντας το περιβαλλοντικό αποτύπωμα.



2023-1-FR02-KA210-YOU-000160802



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

ΟΙ ΚΑΛΕΣ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ ΣΕ ΠΙΝΑΚΑ

Εργαστήρια Οικοκαλλιτεχνικά Θεραπείας	• Εργαστήριο Τέχνης & Κλιματικής Αλλαγής • Μάθημα Θεραπείας Βασισμένης στη Φύση	<u>Σύνδεσμος 1</u> <u>Σύνδεσμος 2</u>
Δημόσιες Καλλιτεχνικές Εγκαταστάσεις	• Εγκατάσταση Πλαστικού Δικτύου του Adriano Souras • Έργα Ανακύκλωσης Πόλεων • Περιβαλλοντικά Γκράφιτι στα Νησιά	<u>Σύνδεσμος 1</u>
Αφήγηση Ιστοριών & Θεατρικές Παραστάσεις	• Παραστάσεις του Cube.org.gr • Στρατηγικές Αφήγησης με Οικο-Θέατρο • Διαγενεακό Θέατρο	<u>Σύνδεσμος 1</u>
Φεστιβάλ Περιβαλλοντικών Ταινιών	• Φεστιβάλ EcoFrames Ελλάδας • Μικρού Μήκους Ταινία για το Οικο-Άγχος	<u>Σύνδεσμος 1</u>
Πολιτιστικά Εργαστήρια Παραδοσιακής Οικολογικής Γνώσης	• Ecoweek Ελλάδα • Αρχεία Παραδοσιακής Οικολογικής Γνώσης (TEK) των Ιθαγενών	<u>Σύνδεσμος 1</u> <u>Σύνδεσμος 2</u>





ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ

Για να αυξηθεί η ευαισθητοποίηση σχετικά με το οικολογικό-άγχος μεταξύ των νέων στην Ελλάδα, απαιτείται μια πολυδιάστατη προσέγγιση που να αξιοποιεί τη δημιουργικότητά τους, να ενθαρρύνει τη συμμετοχή στην κοινότητα και να προσφέρει εκπαιδευτικές ευκαιρίες. Η ενσωμάτωση της περιβαλλοντικής εκπαίδευσης σε σχολεία και πανεπιστήμια είναι απαραίτητη. Μέσω της ένταξης μαθημάτων για την κλιματική αλλαγή, τη βιωσιμότητα και το οικολογικό-άγχος στο αναλυτικό πρόγραμμα, οι νέοι μπορούν να κατανοήσουν καλύτερα τις συναισθηματικές και ψυχολογικές επιπτώσεις της περιβαλλοντικής υποβάθμισης. Εργαστήρια και σεμινάρια με ειδικούς στην περιβαλλοντική επιστήμη και ψυχολογία μπορούν να ενισχύσουν αυτή τη γνώση, προσφέροντας πρακτικές στρατηγικές διαχείρισης του οικο-άγχους και προώθησης μιας ενεργητικής στάσης.

Τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, ως ισχυρό εργαλείο προσέγγισης των νέων, παρέχουν μια δυναμική πλατφόρμα για εκστρατείες ευαισθητοποίησης. Η συνεργασία με Έλληνες influencers, καλλιτέχνες και δημιουργούς περιεχομένου που ασχολούνται με περιβαλλοντικά θέματα μπορεί να ενισχύσει αυτές τις προσπάθειες, χρησιμοποιώντας οπτικά ελκυστικό υλικό για να αγγίξει το νεανικό κοινό. Πλατφόρμες όπως το Instagram, το TikTok και το YouTube μπορούν να δημιουργήσουν διάλογο γύρω από το οικολογικό-άγχος, προσφέροντας τόσο πληροφόρηση όσο και συναισθηματική υποστήριξη. Δημόσιες εκδηλώσεις και φεστιβάλ, που έχουν μεγάλη πολιτιστική σημασία στην Ελλάδα, μπορούν επίσης να διαδραματίσουν σημαντικό ρόλο. Η διοργάνωση οικολογικών φεστιβάλ όπου καλλιτέχνες, μουσικοί και συγγραφείς παρουσιάζουν έργα εμπνευσμένα από περιβαλλοντικές ανησυχίες μπορεί να μετατρέψει αυτές τις εκδηλώσεις σε δυναμικές πλατφόρμες ευαισθητοποίησης. Τα φεστιβάλ αυτά θα μπορούσαν να περιλαμβάνουν καλλιτεχνικές εγκαταστάσεις, παραστάσεις και οικολογικές αγορές που όχι μόνο θα αναδεικνύουν το ζήτημα του οικο-άγχους αλλά και θα προσφέρουν στους νέους τη δυνατότητα να συμμετέχουν ενεργά στην αναζήτηση λύσεων.

Σε πιο προσωπικό επίπεδο, η ενθάρρυνση συζητήσεων και ομάδων υποστήριξης από συνομηλίκους μπορεί να βοηθήσει τους νέους να επεξεργαστούν τα συναισθήματά τους για την κλιματική αλλαγή σε ένα υποστηρικτικό περιβάλλον. Η ανταλλαγή φόβων και ανησυχιών μειώνει το αίσθημα απομόνωσης και αδυναμίας που συχνά συνοδεύει το οικολογικό-άγχος. Αυτές οι ομάδες μπορούν να διευθύνονται από επαγγελματίες ψυχικής υγείας ή περιβαλλοντικές οργανώσεις, παρέχοντας συναισθηματικά εργαλεία και προωθώντας το αίσθημα κοινότητας. Η συνεργασία με τοπικές περιβαλλοντικές ΜΚΟ μπορεί να ενισχύσει περαιτέρω αυτές τις προσπάθειες, προσφέροντας στους νέους πρακτικές ευκαιρίες να συμμετέχουν σε περιβαλλοντικό ακτιβισμό. Πολλές ελληνικές ΜΚΟ είναι ήδη βαθιά εμπλεκόμενες στην ευαισθητοποίηση και την προώθηση της βιωσιμότητας, και οι υπάρχουσες πλατφόρμες τους μπορούν να δώσουν στους νέους τη δυνατότητα να συμμετέχουν σε προγράμματα εθελοντισμού ή κοινοτικά έργα. Η συμμετοχή σε προσπάθειες περιβαλλοντικής αποκατάστασης ή διατήρησης δίνει στους νέους αίσθημα ενδυνάμωσης, αντισταθμίζοντας την απόγνωση που συχνά συνοδεύει το οικολογικό-άγχος.

Οι καλλιτεχνικές και δημιουργικές δραστηριότητες παρέχουν σημαντικές συναισθηματικές διεξόδους και είναι αποτελεσματικές στην ευαισθητοποίηση για το οικολογικό-άγχος. Τα εργαστήρια περιβαλλοντικής τέχνης, για παράδειγμα, μπορούν να εμπνεύσουν τους νέους να εκφράσουν τα συναισθήματά τους για την κλιματική αλλαγή μέσω οπτικών μέσων όπως ζωγραφική, γλυπτική από ανακυκλώσιμα υλικά ή θεματική τέχνη δρόμου. Η έκθεση αυτών των έργων σε δημόσιους χώρους ή διαδικτυακά μπορεί να πυροδοτήσει σημαντικές συζητήσεις και να κάνει το ζήτημα πιο προσβάσιμο σε ευρύτερο κοινό.

Η ποίηση και ο λόγος είναι επίσης ισχυρά εργαλεία για αυτο-έκφραση και προβληματισμό. Η οργάνωση εργαστηρίων γραφής και εκδηλώσεων λόγου που εστιάζουν στο οικολογικό-άγχος επιτρέπει στους νέους να εκφράσουν τα συναισθήματά τους και τους φόβους τους. Αυτές οι δημιουργικές εκφράσεις μπορούν στη συνέχεια να μοιραστούν μέσα από παραστάσεις, δημοσιεύσεις ή πλατφόρμες κοινωνικών μέσων, μετατρέποντας τις προσωπικές ανησυχίες σε κοινοτικές εμπειρίες. Οι θεατρικές παραστάσεις που διερευνούν το ψυχολογικό και συναισθηματικό βάρος της κλιματικής αλλαγής μπορούν επίσης να αγγίξουν το νεανικό κοινό, ειδικά όταν συνδυάζουν στοιχεία της παραδοσιακής ελληνικής θεατρικής τέχνης με σύγχρονα περιβαλλοντικά θέματα.

Η φωτογραφία και ο κινηματογράφος είναι εξίσου αποτελεσματικά στην αποτύπωση τόσο της ομορφιάς των ελληνικών τοπίων όσο και της περιβαλλοντικής καταστροφής που τα απειλεί. Εργαστήρια που εκπαιδεύουν τους νέους να τεκμηριώνουν περιβαλλοντικές αλλαγές, όπως οι πυρκαγιές, η λειψυδρία και η διάβρωση των ακτών, όχι μόνο ευαισθητοποιούν, αλλά τους δίνουν και την αίσθηση ότι μπορούν να αφηγηθούν τις δικές τους ιστορίες. Αυτά τα οπτικά έργα μπορούν να παρουσιαστούν σε δημόσιες εκθέσεις, φεστιβάλ ή εκστρατείες στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, προωθώντας έναν ευρύτερο δημόσιο διάλογο γύρω από την επείγουσα ανάγκη δράσης για το κλίμα.

ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ

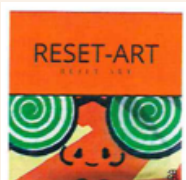
Εκτός από τις δημιουργικές δραστηριότητες, πρακτικές μαθητείες και προγράμματα επαγγελματικής κατάρτισης σε περιβαλλοντικούς τομείς μπορούν να εξοπλίσουν τους νέους με δεξιότητες που θα τους προετοιμάσουν για ένα μέλλον προσανατολισμένο στη βιωσιμότητα. Για παράδειγμα, μαθητείες στην αιεφόρο αρχιτεκτονική μπορούν να τους μάθουν πώς να σχεδιάζουν οικολογικά κτίρια, συνδυάζοντας την πλούσια αρχιτεκτονική κληρονομιά της Ελλάδας με τις σύγχρονες περιβαλλοντικές ανάγκες. Παρόμοια, η εκπαίδευση στην αιεφόρο γεωργία θα συνδέσει τους νέους με τις παραδόσεις της ελληνικής γεωργίας, ενώ παράλληλα θα τους διδάξει τεχνικές καλλιέργειας που σέβονται το περιβάλλον.

Οι ευκαιρίες στον τομέα των ανανεώσιμων πηγών ενέργειας, ειδικά στην ηλιακή και αιολική ενέργεια, είναι επίσης κρίσιμες. Η προσφορά μαθητειών σε αυτούς τους τομείς όχι μόνο θα παρέχει επαγγελματικές δεξιότητες, αλλά θα συμβάλλει και στη μετάβαση της Ελλάδας σε μια πιο πράσινη οικονομία. Η περιβαλλοντική δημοσιογραφία και η ντοκιμαντερίστικη κινηματογραφία αποτελούν έναν ακόμα τρόπο ενδυνάμωσης των νέων, μαθαίνοντάς τους να χρησιμοποιούν τα μέσα ενημέρωσης για να καταγράψουν τις περιβαλλοντικές αλλαγές και να ευαισθητοποιούν το κοινό για τα κλιματικά ζητήματα στην Ελλάδα.

Για την άμεση αντιμετώπιση του οικολογικού-άγχους, οι επαγγελματίες ψυχικής υγείας στην Ελλάδα αρχίζουν να εξερευνούν θεραπευτικές προσεγγίσεις όπως η οικοθεραπεία, η οποία ενθαρρύνει τα άτομα να επανασυνδεθούν με τη φύση ως μορφή συναισθηματικής ίασης. Μπορούν επίσης να οργανωθούν εργαστήρια που θα προσφέρουν στους νέους τόσο ψυχολογικά εργαλεία όσο και δημιουργικές διεξόδους. Ένα τέτοιο εργαστήριο θα μπορούσε να συνδυάζει τέχνη, ποίηση και φωτογραφία, δίνοντας στους συμμετέχοντες την ευκαιρία να εκφράσουν τα συναισθήματά τους για την κλιματική αλλαγή και ταυτόχρονα να μάθουν πώς να μετατρέπουν αυτές τις σκέψεις σε θετική δράση.

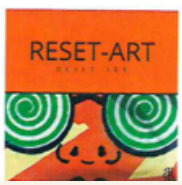
Με την προώθηση τόσο της δημιουργικότητας όσο και της ενεργοποίησης, αυτές οι πρωτοβουλίες προσφέρουν στους νέους έναν τρόπο να εκφράσουν το οικολογικό-άγχος τους, ενώ ταυτόχρονα τους ενδυναμώνουν να ασχοληθούν ουσιαστικά με τα περιβαλλοντικά ζητήματα.





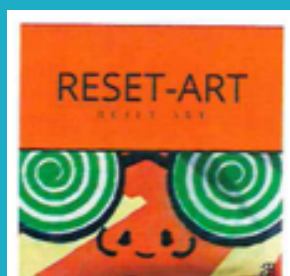
ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- [1] « Mental health and our changing climate : impacts, implications, and guidance », American Psychological Association (2017)
- [2] “When the end of human civilization is your day job” , Dr Van Susteren, L. (2015)
- [3] “Une autre fin du monde est possible” Gauthier Chapelle, Pablo Servigne et Raphaël Stevens
- [4] « Worrying about climate change: is it responsible to promote public debate?”, Berry, HL. & Peel, D. (2015)
- [5] « Solatalgie, écoanxiété,...les nouveaux maux » Dr Alice Desbiolles
- [6] « Mental health and our changing climate : impacts, implications, and guidance », American Psychological Association (2017)
- [7] « Solatalgie, écoanxiété,...les nouveaux maux » Dr Alice Desbiolles
- [8] « Ce mal du pays sans exil. Les affects du mauvais temps qui vient », Morizot, B. (2019)
- [9] Alice Desbiolles, médecin, interviewée en 2022 par la RTBF (COP27 : "L'éco-anxiété, moteur du changement) et « Petit guide de survie pour éco-anxieux », Schmerber, C. (2022)
- [10] « L'éco-anxiété est un problème politique”, C. Schmerber, thérapeute, interviewée par RadioFrance (2022).
- [11] « Appréhender l'éco-anxiété : une approche clinique et phénoménologique » Jalin, H., Chandes C., Congard A., & Boudoukha, AH. (2022) et « From anger to action: Differential impacts of eco-anxiety, eco-depression, and eco-anger on climate action and wellbeing » Stanley, S. K., Hogg, T. L., Leviston, Z., & Walker, I. (2021).
- [12] « Appréhender l'éco-anxiété : une approche clinique et phénoménologique » Jalin, H., Chandes C., Congard A. et Boudoukha, AH. (2022)
- [13] Sur 10 000 jeunes interrogés de par le monde. « Climate anxiety in children and young people and their beliefs about government responses to climate change: a global survey” Hickman, C., Marks, E., Pihkala, P., Clayton, S., Lewandowski, R. E., Mayall, E. E., ... & van Susteren, L. (2021).
- [14] « Appréhender l'éco-anxiété : une approche clinique et phénoménologique » Jalin, H., Chandes C., Congard A. et Boudoukha, AH. (2022)
- [15] <https://www.psychologie-et-climat.fr/comprendre-ma-detresse/>
- [16] “On Death and Dying” Kübler-Ross, E. (1989).
- [17] « From anger to action: Differential impacts of eco-anxiety, eco-depression, and eco-anger on climate action and wellbeing.” Stanley, S. K., Hogg, T. L., Leviston, Z., & Walker, I. (2021).
- [18] « Sondage IFOP » Care (2022)
- [19] <https://uclouvain.be/fr/decouvrir/actualites/1-belge-sur-10-souffre-d-e...>
- [20] « De l'éco-anxiété à la transition heureuse » CEPREMAD (2022)
- [21] <https://uclouvain.be/fr/decouvrir/actualites/1-belge-sur-10-souffre-d-e...>
- [22] Sur 10 000 jeunes de 16 à 25 ans interrogés de par le monde. « Climate anxiety in children and young people and their beliefs about government responses to climate change: a global survey” Hickman, C., Marks, E., Pihkala, P., Clayton, S., Lewandowski, R. E., Mayall, E. E., ... & van Susteren, L. (2021).
- [23] « Development and validation of a measure of climate change anxiety » et « The Hogg Eco-Anxiety Scale: Development and validation of a multidimensional scale » (2021).
- [24] “Une autre fin du monde est possible” Gauthier Chapelle, Pablo Servigne et Raphaël Stevens
- [25] « Existential threat as a challenge for individual and collective engagement: Climate change and the motivation to act” Stollberg, J., & Jonas, E. (2021)
- [26] Eco-anxiety defined and approaches to coping – Time (2018): Chronic fear of environmental doom; coping through action and community support. [time.com](https://www.time.com)
- [27] Extreme heatwave & wildfires August 2021, Greece: temperatures reached 47°C; extensive wildfires in Attica and Evia.
- [28] Increased wildfire risk and severe fire seasons in 2021 and 2023 – OECD report: record burned areas, rising temperature and decreased rainfall. eesc.europa.eu+7oecd.org+7iawfonline.org+7
- [29] Consequences of climate change in Greece – rising sea levels, biodiversity loss, impact on tourism and economy. dianeosis.org+1researchgate.net+1
- [30] Water scarcity in Greek islands – National Geographic: demand outstripping supply; renewable desalination projects. ft.com+3nationalgeographic.com+3theguardian.com+3



ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- [31] Drought, erratic rainfall and water emergency – Guardian & Reuters: reservoir levels drop, sunken village reemergence, water rationing. [reuters.com+2theguardian.com+2reuters.com+2](#)
- [32] Water infrastructure leakage in Argolida – Reuters (Feb 2025): half of drinking water lost, poor quality and high drought stress. [reuters.com](#)
- [33] Ecological grief concept – Wikipedia & Cunsolo & Ellis (2018): grief and solastalgia related to environmental loss. [en.wikipedia.org+1en.wikipedia.org+1](#)
- [34] Artists and Climate Change. (2021). Art as a response to climate anxiety. Retrieved from <https://www.artistsandclimatechange.com/2021/04/05/art-as-a-response-to-climate-anxiety/>
- [35] Ecotherapy Heals. (n.d.). Eco-Art Therapy Programs. Retrieved from <https://www.ecotherapyheals.com/eco-art-therapy>
- [36] Kopytin, A. (2018). Nature-Assisted Therapy and Expressive Arts: Tools for Health, Recovery, and Wellbeing. Routledge.
- [37] Greenpeace Greece. (n.d.). Educational and creative environmental workshops. Retrieved from <https://www.greenpeace.org/greece/>
- [38] Souras, A. (n.d.). Killer Net Project. Retrieved from <https://www.adrianosouras.com/>
- [39] Athens Art Network. (n.d.). Public art for sustainability. Retrieved from <https://www.athensartnetwork.org/>
- [40] EcoWatch. (n.d.). How public art raises environmental awareness. Retrieved from <https://ecowatch.com/public-art-environment/>
- [41] Activism. (n.d.). Art for Social Change. Retrieved from <https://activism.art/about/>
- [42] HowlRound Theatre Commons. (n.d.). Eco-Theatre Resources. Retrieved from <https://howlround.com/eco-theatre-resources>
- [43] Sustainability Directory. (n.d.). Intergenerational theatre & climate change. Retrieved from <https://sustainabilitydirectory.com/theatre-climate>
- [44] ArtScene Athens. (n.d.). Natura Patiens: Climate Art & Performance. Retrieved from <https://artsceneathens.com/natura-patiens/>
- [45] EcoFrames Environmental Film Festival. (n.d.). Retrieved from <https://www.ecoframesfestival.gr/>
- [46] FilmFreeway. (n.d.). Eco-Anxiety [Short Film]. Retrieved from <https://filmfreeway.com/EcoAnxiety>
- [47] Peloponnisos International Documentary Festival. (n.d.). Retrieved from <https://peloponnisosdocfestival.com/>
- [48] ECOWEEK. (n.d.). Workshops for Sustainable Design. Retrieved from <https://www.ecoweeek.org/>
- [49] Indigenous Climate Hub. (n.d.). Traditional Ecological Knowledge (TEK) Archives. Retrieved from <https://indigenousclimatehub.ca/tek/>
- [50] Resource Africa. (n.d.). TEK and Conservation. Retrieved from <https://www.resourceafrica.net/>
- [51] Bioneers. (n.d.). Indigenous and Traditional Knowledge Series. Retrieved from <https://bioneers.org/series/indigenous-traditional-knowledge/>
-



ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ ΚΑΛΩΝ ΠΡΑΚΤΙΚΩΝ

Reset-Art- Renforcer les capacités des travailleurs de
jeunesse pour soutenir les jeunes souffrant d'éco
anxiété par le biais d'activités culturelles.

2023-1-FR02-KA210-YOU-000160802



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

