



**Βιοηθική Εκπαίδευση και  
Οδηγός Συμπεριφοράς για  
το Ζωντανό Περιβάλλον**

# **Εκπαιδευτικό Υλικό**



**Erasmus+**

## ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ

**Συγγραφείς:** Maddalena Nicoletti, Pier Giacomo Sola

**Εξώφυλλο:** Pixabay

### Αναφορές

Θα θέλαμε να ευχαριστήσουμε όλους τους μαθητές, δασκάλους, εκπαιδευτικούς, ερευνητές, και όλους όσους συμμετείχαν στο έργο και με τις ιδέες τους, τα σχόλιά τους και την ενθάρρυνση συνέβαλλαν στην ανάπτυξη αυτού του εγγράφου.

### Πνευματικά Δικαιώματα

Το υλικό μπορεί να χρησιμοποιηθεί σύμφωνα με :

Creative Commons License Non-Commercial Share Alike



### Αποποίηση Ευθυνών

Αυτό το έργο χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, Erasmus +

πρόγραμμα και εθνική υπηρεσία της Κροατίας για το Erasmus + Agencija za mobilnost i programe Europske unije. Αυτή η έκδοση αντικατοπτρίζει τις απόψεις μόνο των συγγραφέων και η Επιτροπή δεν μπορεί να θεωρηθεί υπεύθυνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.



## Εισαγωγή

### 1. Περιβαλλοντική ηθική: ορισμοί και κατηγορίες

**Περιβαλλοντική ηθική** είναι το μέρος της περιβαλλοντικής φιλοσοφίας που εκτίνει τα παραδοσιακά όρια της ηθικής ώστε να περιλαμβάνουν όχι μόνο τον άνθρωπο αλλά και το μη-ανθρώπινο κόσμο<sup>i</sup>. Μπορεί να οριστεί επίσης ως η φιλοσοφική σχολή η οποία μελετά την ηθική σχέση των ανθρωπίνων όντων καθώς και την αξία και το ηθικό καθεστώς τους προς το περιβάλλον και τα μη-ανθρώπινα του στοιχεία<sup>ii</sup>.

Η ανάγκη μίας «περιβαλλοντικής» ηθικής πηγάζει από τη διαπίστωση ότι αρκετά περιβαλλοντικά προβλήματα βάλλουν την καθιερωμένη πίστη ότι η ηθική κοινότητα πρέπει να περιορίζεται στα ανθρώπινα όντα και μόνο. Η περιβαλλοντική ηθική δέχτηκε την πρόκληση και δημιούργησε μια επείγουσα και εμπνευσμένη ανάγκη φιλοσοφικής έρευνας. Είναι η ανάγκη της επέκτασης της ηθικής κοινότητας προς τα μη-ανθρώπινα όντα και τις μη-χαρακτηριστικές οντότητες και η θεώρησή τους ως «ηθικά ασθενών»<sup>ii</sup>.

Το ερώτημα είναι: υπάρχει και ποιά είναι η ηθική υπόχρεωση του ανθρώπου για τη διατήρηση και τη φροντίδα του μη-ανθρώπινου κόσμου? Αναφερόμαστε σε Περιβαλλοντικές Ηθικές (πληθυντικός) και όχι απλώς σε Περιβαλλοντική Ηθική (ενικός) διότι υπάρχουν πολλές διαφορετικές προσεγγίσεις του θέματος: ο ανθρωποκεντισμός, η θεωρία απελευθέρωσης και δικαιωμάτων των ζώων, ο βιοκεντισμός και ο οικοκεντισμός μεταξύ άλλων, οι οποίες παρέχουν ηθική δικαίωση της περιβαλλοντικής προστασίας<sup>iv</sup>.


Στην παρούσα προσέγγιση δεν προτιθέμεθα να υποστηρίξουμε κάποια συγκεκριμένη θέση. Ένας από τους στόχους του Beagle Project είναι να προσφέρει καινοτόμες πρακτικές διδασκαλίας και μάθησης σχετικά με τις περιβαλλοντικές ηθικές. Με αυτό το στόχο θα θέλαμε να προτείνουμε κάποια εργαλεία που βασίζονται σε ασκήσεις και δραστηριότητες «ενσυνειδητότητας».

### 2. Τι είναι η ενσυνειδητότητα; Ποια η χρήση της στις περιβαλλοντικές ηθικές; Ποιός ο ρόλος της στην πρώτη εκπαίδευση;

Η ενσυνειδητότητα είναι η ψυχολογική διαδικασία που θέτει στο επίκεντρο το παρόν. Με την ενσυνείδηση συνειδητοποιούμε και παρατηρούμε ό,τι συμβαίνει μέσα μας και στον κόσμο, χωρίς να αποφεύγουμε πληροφορίες και αισθήματα που δε μας αρέσουν ή που δεν αποδεχόμαστε. Ορίζεται ως μια ιδιαίτερη επίγνωση, με στόχο την παρούσα στιγμή χωρίς κριτική<sup>vi</sup>.

Η ενσυνειδητότητα μπορεί να ασκηθεί μέσω διαλογισμού και άλλες πρακτικές στοχασμού.

Παρόλο που η ενσυνειδητότητα προέρχεται από τη Βουδιστική παράδοση, δεν πρόκειται για πνευματική ή θρησκευτική πρακτική: ας θυμηθούμε ότι η σύγχρονη Δυτική τεχνική αναπτύχθηκε στα τέλη του '70 του περασμένου αιώνα από τον Τζον Καμπάτ-Ζιν, ο οποίος ισχυρίζεται ότι η ενσυνειδητότητα μπορεί να θεωρηθεί ως μια προτεινόμενη διεθνής ανθρώπινη ικανότητα διασφάλισης καθαρής



σκέψης και ανοικτού πνεύματος. Κατά συνέπεια αυτός ο διαλογισμός δεν απαιτεί κάποιο ιδιαίτερο θρησκευτικό ή πολιτισμικό σύστημα, και η εξάσκηση της ενσυνειδητότητας μπορεί να είναι ωφέλιμη σε όσους αρνούνται να υιοθετήσουν Βουδιστικές παραδόσεις και ορολογίες<sup>vii</sup>. Οντως Δυτικοί ερευνητές, κλινικοί, δάσκαλοι, εκπαιδευτικοί και προπονητές που εισήγαγαν την άσκηση της ενσυνειδητότητας στα προγράμματά τους, διδάσκουν τις πρακτικές αυτές ανεξαρτήτως των δικών τους θρησκευτικών και πολιτισμικών παραδόσεων.


Οι έρευνες δείχνουν ότι η ενσυνειδητότητα συμβάλλει στην ευεξία, ενδυναμώνοντας την εμπάθεια και τη συμπόνοια προς εμάς τους ίδιους, προς τους άλλους και προς το περιβάλλον μας, διευκολύνοντας στη σαφήνεια των στόχων και των αξιών. Για αυτούς τους λόγους προγράμματα που βασίζονται στη Μείωση του Αγχους μέσω της Ενσυνειδητότητας (MBSR) έχουν ευρέως υιοθετηθεί σε σχολεία, φυλακές, νοσοκομεία, κέντρα βετεράνων και αλλού.

Η «Περιβαλλοντική ενσυνειδητότητα» αναφέρεται στην ενσυνειδητότητα που εφαρμόζεται στο φυσικό περιβάλλον. Η άσκηση της ενσυνειδητότητας μπορεί να βοηθήσει στην καλλιέργεια μιας μη-δυσαιδικής συνείδησης, μπορεί να οδηγήσει σε συμπονετικές συμπεριφορές προς το μη-ανθρώπινο και μπορεί να συμβάλλει στην στήριξη της μετάβασης προς τη βιωσιμότητα.

Πολλοί συγγραφείς <sup>viii</sup> υπογραμμίζουν ότι η παρούσα οικολογική κρίση πηγάζει από τη δυαδική μας συνείδηση που διαχωρίζει πνεύμα και σώμα από τον κόσμο. Αυτή η δυαδική συνείδηση μας εμποδίζει να βιώσουμε την αξία της φύσης και οδηγεί στην υλιστική χρήση της φύσης <sup>ix</sup>.

Η Ενσυνειδητότητα, η περιβαλλοντική ενσυνειδητότητα σε αυτή την περίπτωση, μπορεί να βοηθήσει τον πολιτισμό μας να περάσει από τη δυαδική συνείδηση της διχοτόμησης υποκειμένου-αντικειμένου που οδηγεί στον ινστρουμενταλισμό, στη μη-δυσαιδική συνείδηση η οποία βιώνει το «διαθεματισμό» ή την «αλληλοπεριχώρηση» <sup>x</sup>. Ο διαθεματισμός και η αλληλοπεριχώρηση σημαίνουν την αναγνώριση του άλλου ως μια οντότητα της οποίας η ευεξία και η ταυτότητα είναι άρηκτα δεμένες με τη δική μας. Από αυτό προκύπτει η αγάπη για τη ζωή και η βαθιά εκτίμηση της ύπαρξης των άλλων όντων <sup>xi</sup>. Κατά συνέπεια, η περιβαλλοντική ενσυνειδητότητα μπορεί <sup>xii</sup>:

- Να αλλάξει τον τρόπο σκέψης μας σχετικά με τις κοινωνικές και περιβαλλοντικές κρίσεις που επιρρεάζουν τον κόσμο μας;
- Να μας βοηθήσει να αναλάβουμε τις απαιτούμενες δράσεις για να κτίσουμε μια πιο βιώσιμη κοινωνία (αλλάζοντας τον τρόπο που εκλαμβάνουν οι άνθρωποι τις πληροφορίες για τον κίνδυνο, αλλάζοντας την περιβαλλοντική τους συμπεριφορά και δίνοντας κίνητρα προς τη μείωση του πόνου και προς στήριξη των κρατικών περιβαλλοντικών δράσεων
- Να βοηθήσει στην καλλιέργεια της συμπόνοιας και των ενγενών ηθικών μας αξιών ωθώντας μας σε δράσεις προς το κοινό καλό.
- Να θέσει ερωτήματα για τις συνέπειες αναμφισβήτητων δομών και σχέσεων δύναμης σε όλα τα επίπεδα;
- Η εξάσκηση ενσυνειδητότητας σε μαθητές και παιδιά στον καθαρό αέρα, μακριά από τάξεις, βοηθά στη επαφή, στην εκτίμηση και στη δημιουργία σχέσης με τη φύση. Η εξάσκηση της ενσυνειδητότητας επιτρέπει στους μαθητές μια παύση για να βιώσουν το παρόν και να νιώσουν ευγνώμονες προς όλα τα στοιχεία του φυσικού κόσμου που στηρίζουν την καθημερινότητά μας <sup>xiii</sup>; Και βοηθά στην ανάπτυξη της λεγόμενης «φυσικής ευφορίας των παιδιών» <sup>xiv</sup>.



Σχετικά με τα αποτελέσματα της ενσυνειδητότητας πρέπει να σημειωθεί ότι υπάρχουν λίγες έρευνες που διερευνούν το ρόλο της συνειδητότητας στη βιωσιμότητα που υποστηρίζουν ότι η ενσυνειδητότητα και ένας πιο συνετός τρόπος ζωής ίσως ενθαρρύνουν περιβαλλοντικές συμπεριφορές. Σχετικά με τις μακροπρόθεσμες συνέπειες της ενσυνειδητότητας δεν υπάρχουν βιωματικές αποδείξεις, και απαιτούνται ποσοτικές και ποιοτικές έρευνες.

Από την άλλη ας σημειωθεί ότι υπάρχουν αρκετά πρακτικά παραδείγματα εφαρμοσμένων τεχνικών ενσυνειδητότητας προς αφύπνιση των ανθρώπων (παιδιών/μαθητών) σχετικά με περιβαλλοντικά θέματα και βιωσιμότητα, ιδιαίτερα σε αγγλοσαξωνικές χώρες. Πολλοί δάσκαλοι, εκπαιδευτικοί προπονητές και ασκητές της ενσυνειδητότητας πιστεύουν ότι η πρακτική της σε σχολεία, χώρους εργασίας και αλλού είναι μια μέθοδος που συνεισφέρει υπέρ του περιβάλλοντος και στην κατανόηση και διευκόλυνση της βιωσιμότητας <sup>xvii</sup><sup>xviii</sup>.

Η σχετικότητα αυτού του εκπαιδευτικού στόχου σχετικά με τα θέματα του περιβάλλοντος είναι προφανής και η πρακτική της ενσυνειδητότητας θα πρέπει να συμπεριληφθεί στην εκπαίδευση. Οντως όπως σημειώθηκε και προηγουμένως κατ' την τελευταία δεκαετία υπήρξαν πολλές απόπειρες ένταξης πρακτικών και μαθημάτων ενσυνειδητότητας για παιδιά (ειδικά σε αγγλοσαξωνικές χώρες), με σκοπό να τα βοηθηθούν στην ανακάλυψη και ανάπτυξη στενότερης σχέσης με το περιβάλλον <sup>xix</sup>.

Μια πολύ πρόσφατη έρευνα <sup>xx</sup> που περιλάμβανε 44 μαθήματα περιβαλλοντικής επίγνωσης έδειξε ότι τα μαθήματα αυτά βοηθούν στο να κατανοήσουν οι μαθητές την αλληλοσύνδεση και την αλληλεξάρτησή τους με το φυσικό περιβάλλον. Η ίδια έρευνα έδειξε ότι σε αυτά τα μαθήματα υπήρχαν ελάχιστες θετικές προς το περιβάλλον δράσεις. Οι συγγραφείς επισημαίνουν την ανάγκη δημιουργίας μαθημάτων ενσυνειδητότητας συνδεδεμένων με άλλους τομείς που θα παρέχουν στους μαθητές τις γνώσεις θετικής δράσης σε σχέση με το περιβάλλον.

## Εργαστήρια

Η παρούσα συνεισφορά κινείται από τις προαναφερόμενες έρευνες και τις πρακτικές εμπειρίες στη ανάπτυξη νέων ιδεών και περιεχομένου για δασκάλους και μαθητές που έχουν ως στόχο τη δημιουργία επίγνωσης των μαθητών σε σχέση με την αλληλοσύνδεση και αλληλοεξάρτηση της ανθρώπινης ύπαρξης με το φυσικό περιβάλλον καθώς και την ανάδειξη πρακτικών θετικών προς το περιβάλλον.

Οι προσπάθειες αυτές μας οδήγησαν στη δημιουργία κάποιων εργαστηρίων βασισμένων στην εφαρμογή περιβαλλοντικής ενσυνειδητότητας όπως περιγράφεται στη συνέχεια.

- 
- i [https://en.wikipedia.org/wiki/Environmental\\_ethics](https://en.wikipedia.org/wiki/Environmental_ethics)
- ii STANFORD ENCYCLOPAEDIA OF PHILOSOPHY. (2002). *Environmental Ethics*. Substantive revision Jul 21, 2015. Available at: <https://plato.stanford.edu/entries/ethics-environmental/>  
See also:  
ANDREOZZI, M. (2015). *Le sfide dell'etica ambientale. Possibilità e validità delle teorie morali non-antropocentriche*. Edizioni Universitarie di Lettere Economia Diritto. Milano.
- iii ANDREOZZI, M. *Ibid.*  
ROLSTON, H. III. (1991). *Environmental Ethics: Values in and Duties to the Natural World*. Published in: *The Broken Circle: Ecology, Economics, Ethics*. F. Herbert Bormann and Stephen R. Kellert, Eds. Yale University Press. New Haven. ISBN 0-300-04976-5. Available at: <http://www.ecospherics.net/pages/RolstonEnvEth.html>
- iv YANG, T. (2006). *Towards an egalitarian global environmental ethics*. Environmental ethics and international policy. ISBN 978-92-3-104039-9 – © UNESCO
- v ERICSON, T. & KJØNSTAD, B. & ANDERS, B. (2014). *Mindfulness and sustainability*. Ecological Economics. 104. 73–79. 10.1016/j.ecolecon.2014.04.007. Available at: [https://www.researchgate.net/publication/262491494\\_Mindfulness\\_and\\_sustainability](https://www.researchgate.net/publication/262491494_Mindfulness_and_sustainability)
- vi KABAT-ZINN, J. (1994) *Wherever You Go, There You Are: Mindfulness Meditation in Everyday Life*. Hyperion. New York.
- vii LUDWIG DS, KABAT-ZINN J. *Mindfulness in Medicine*. JAMA. 2008;300(11):1350–1352. doi:10.1001/jama.300.11.1350
- viii See for example:  
EVERNDEN, L. L. N. (1993). *The natural alien: Humankind and environment* (2nd ed.). University of Toronto Press. Toronto  
LAING, R. D. (1980). *What is the matter with mind?* In K. Satish (Ed.), *The Schumacher lectures* (pp. 1-19). Sphere Books. London.
- ix It has to be noted that this concept is expressed not only by research but also - even if under different forms and different cultural frameworks - by Pope Francis in his encyclical letter *Laudato Si* (2015) and by several Buddhist leaders (see for example: NHAT HANH, T. (2013) *Love letter to the Earth*.)
- x “*Interbeing*” is a relatively new term coined by the Buddhist monk Thich Nhat Hanh to describe the essential interconnectedness of the universe. See:  
NHAT HANH, T. *What is Interbeing?* Excerpt from *Teach Breathe Learn* by Meena Srinivasan. Available at: <http://www.rinagpatel.com/blog/2016/9/2/what-is-interbeing-by-thich-nhat-hanh>
- xi BAI, H., SCUTT, G. (2009). *Touching the Earth with the Heart of Enlightened Mind: The Buddhist Practice of Mindfulness for Environmental Education*. Canadian Journal of Environmental Education, v14 n1 p92-106. Available at: <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ842742.pdf>
- xii WAMSLER C., *ibid.*  
WAMSLER, C., BROSSMANN, J., HENDERSSON, H. et al. *Sustain Sci* (2018) 13: 143. Available at: <https://doi.org/10.1007/s11625-017-0428-2>
- xiii COOKDEEGAN, P. (2014). *Outdoor Mindfulness Exercises for Earth Day*. Updated April 21st 2015. Available at: <https://www.edutopia.org/blog/outdoor-mindfulness-exercises-earth-day-patrick-cook-deegan>
- xiv According to Gardner, individuals who are high in this type of intelligence are more in tune with nature and are often interested in nurturing, exploring the environment, and learning about other species. See:  
GARDNER, H. (2011). *Frames of Mind: The Theory of Multiple Intelligences*. Basic Books. New York.  
CHERRY, K. (2019). *Gardner's Theory of Multiple Intelligences*, Verywellmind, Updated April 03, 2019. Available at: <https://www.verywellmind.com/gardners-theory-of-multiple-intelligences->

[2795161](#)

- xv BARRETT, B. et al. (2016) *Mindful Climate Action: Health and Environmental Co-Benefits from Mindfulness-Based Behavioral Training*. Sustainability vol. 8,10 (2016): 1040. doi:10.3390/su8101040. Available at: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5170843/>
- ERICSON, T. & KJØNSTAD, B. & ANDERS, B. (2014). *Mindfulness and sustainability*. Ecological Economics. 104. 73–79. 10.1016/j.ecolecon.2014.04.007. Available at: [https://www.researchgate.net/publication/262491494\\_Mindfulness\\_and\\_sustainability](https://www.researchgate.net/publication/262491494_Mindfulness_and_sustainability)
- MORGAN B. & ALBRECHTN. (2019). *Environmental Mindfulness Lessons for Children: A Content Analysis*. Available at: [https://www.researchgate.net/publication/332221737\\_Environmental\\_Mindfulness\\_Lessons\\_for\\_Children\\_A\\_Content\\_Analysis](https://www.researchgate.net/publication/332221737_Environmental_Mindfulness_Lessons_for_Children_A_Content_Analysis)
- WAMSLERC. (2017). *How mindfulness can help the shift towards a more sustainable society. The Conversation*. Available at: <http://theconversation.com/how-mindfulness-can-help-the-shift-towards-a-more-sustainable-society-79127>
- WAMSLER C. et al. (2018). *Mindfulness in sustainability science, practice, and teaching*. Sustainability Science. 2018, Jan 01. Volume 13. Number 1. Page 143-162.
- xvi ERICSON, T. & KJØNSTAD, B. & ANDERS, B. (2014). *Mindfulness and sustainability*. Ecological Economics. 104. 73–79. 10.1016/j.ecolecon.2014.04.007. Available at: [https://www.researchgate.net/publication/262491494\\_Mindfulness\\_and\\_sustainability](https://www.researchgate.net/publication/262491494_Mindfulness_and_sustainability)
- xvii ERICSON T. & KJØNSTAD B. & ANDERS B. (2014). *Ibid*.
- xviii See for example:  
CONFINO, J. (2012). *Interview. Beyond environment: falling back in love with Mother Earth, Zen master Thich Nhat Hanh explains why mindfulness and a spiritual revolution rather than economics is needed to protect nature and limit climate change*. Available at: <https://www.theguardian.com/sustainable-business/zen-thich-naht-hanh-buddhidm-business-values>
- NHAT HANH, T. (2013). *Love letter to the Earth*. Parallax Pr.
- NHAT HANH, T. (2014). *Falling in Love with the Earth. Statement for the United Nations Framework Convention on Climate Change*. Available at: <https://plumvillage.org/letters-from-thay/thich-nhat-hanh-statement-on-climate-change-for-unfccc/>
- HAUCK C. (2016). *How Mindfulness Can Save the Planet*. Available at: <https://www.mindful.org/how-mindfulness-can-save-planet/>
- SOFER, O. J. (2018). *Mindfulness of Body, Mindfulness of Earth*. Available at: <https://www.mindfulschools.org/personal-practice/mindfulness-body-mindfulness-earth/>
- xix Examples of environmental mindfulness for children:  
SALAZAR SHAPIRO, D. (2018). *The Magical Mindful Day*. DeGaS Publishing. San Diego, CA  
THE SOUND OF CELESTE. (2016). 5 Nature-based Mindfulness Activities For Young Children. <http://theparentcollaboratory.com/5-nature-based-mindfulness-activities-for-young-children-a-guest-blogger/>
- ST. ANDREWS SAMAKEE INTERNATIONAL SCHOOL: <http://www.standrews-samakee.com/about-samakee/environmental-mindfulness/>
- YBTT & THE MINDFUL PANDA. (2018). *10 Activities For Practicing Mindfulness In Nature With Kids*. <https://www.yourbodythetemple.com/mindfulness-in-nature-with-kids/>
- xx MORGAN B. & ALBRECHTN. (2019). *Environmental Mindfulness Lessons for Children: A Content Analysis*. Available at: [https://www.researchgate.net/publication/332221737\\_Environmental\\_Mindfulness\\_Lessons\\_for\\_Children\\_A\\_Content\\_Analysis](https://www.researchgate.net/publication/332221737_Environmental_Mindfulness_Lessons_for_Children_A_Content_Analysis)