

ECO – SHAMING

Powodowanie u kogoś poczucia wstydu ze względu na to, że jego wiedza / wybory konsumenckie / styl życia nie są (wystarczająco) ekologiczne.

Z czego wynika potrzeba eko-wyszydzenia?

- ◇ wywoływanie negatywnych emocji, żeby dana osoba zmieniła swoje zachowanie na bardziej ekologiczne,
- ◇ spoglądanie na innych z góry i krytyka dla samej krytyki,
- ◇ podbudowanie poczucia własnej wartości i nieomyślności,
- ◇ wybielanie siebie.

Jeśli znasz kogoś, kto wyszydza innych, możesz podać mu poniższy przepis:

Zanim kogoś wyszadzisz:

1. Weź głęboki oddech.
2. Napisz swój wyszydzący komentarz, który chciałeś/łaś do kogoś powiedzieć / wysłać.
3. Zmaż go lub skasuj go, napisz jeszcze raz i jeszcze raz zmaż lub skasuj.
4. Zastanów się, jak to było kiedy nie wiedziałaś / nie wiedzieliście o ekologii tego, co teraz.
5. Zastanów się, jak byś chciała / chciał się tego dowiedzieć i czy umiesz to tak przekazać.
6. Dawaj przede wszystkim przykład swoim ekologicznym działaniem.
7. Gdy znów przyjdzie Ci ochota na zawstydzanie innych – powtórz.

Pozostawanie w pokoju ze środowiskiem jest pojęciem szerokim. Składają się na nie różnorodne zachowania takie, jak zbieranie deszczówki, unikanie plastiku, kupowanie „z drugiej ręki”, wybór diety roślinnej, wolontariat w schronisku dla zwierząt, oszczędzanie energii, poruszanie się rowerem, segregowanie śmieci i wiele, wiele innych.

Wyszydzanie kogoś ze względu na to, że nie robi żadnej z tych rzeczy albo robi, ale w niewystarczającym stopniu, jedynie *zniechęca* i sprawia, że ktoś czuje się źle nawet jeśli udało mu się wprowadzić wiele pozytywnych zmian i żyć bardziej *ekologicznie*.

Warto pamiętać, że nikt nie staje się ekologiczny w momencie podejmowania decyzji, że chciałby taki być. Bycie eko to *proces*, a więc każdy z nas może być na innym jego etapie.

Eko-wyszydzanie może ten proces zakłócić, a nawet odwrócić. Pomaga mu za to szanowanie innych, wspieranie i inspirowanie swoim zachowaniem. A także pamiętanie o metodzie małych kroków, dzięki której każdego dnia będziemy lepsi.

Istnieje jeszcze jedna strona eko-wyszydzania, które przejawia się zachowaniem odwrotnym – wyszydzane / zawstydzane są osoby, które starają się żyć w pokoju ze środowiskiem. Ich zachowania są wyśmiewane i wytykane przez innych. Powody i skutki, a także recepta na zapobieganie takim zachowaniom są podobne, jak opisane powyżej. Eco-shaming jest niedopuszczalny w każdej postaci!