



ΠΩΣ

Μπορείς

να

αλλάξεις

τον

ΚΟΣΜΟ

Οδηγός για εφήβους





Μια ματιά δεμάτη καλοσύνη

Καμιά φορά μπορεί να ξέρεις με ποιον τρόπο ακριβώς θέλεις να αλλάξεις τον κόσμο. **Μα, αν δεν ξέρεις ακόμα, δεν πειράζει. Μπορείς να ξεκινήσεις ρίχνοντας γύρω σου μια ματιά γεμάτη καλοσύνη και να αναλογιστείς τις επιλογές που κάνεις.**

Η αλλαγή του κόσμου ακούγεται σπουδαίο πράγμα, όμως τον αλλάξεις ήδη μόνο και μόνο ζώντας σε αυτόν. Κάθε μέρα κάνεις επιλογές που επηρεάζουν τον κόσμο γύρω σου. Αυτές οι επιλογές καμιά φορά έχουν πολύ μεγάλη σημασία, καμιά φορά όχι και τόσο. Συχνά μπορεί να μην αντιλαμβάνεσαι καν ότι κάνεις μια επιλογή.



Ματιά γεμάτη καλοσύνη σημαίνει ότι

...προσέχεις τον κόσμο γύρω σου.

...προσπαθείς να αντιληφθείς αν κάποιος χρειάζεται βοήθεια.

...σκέφτεσαι με ποιους τρόπους μπορείς να βελτιώσεις τα πράγματα, αν πρόκειται για κάτι μικρό που μπορείς να διορθώσεις αμέσως ή για κάτι που θα χρειαστεί περισσότερο χρόνο και υποστήριξη ώστε να το οργανώσεις.



Από πού να ξεκινήσω;

Οι ευκαιρίες να κάνουμε επιλογές γεμάτες καλοσύνη μπορούν να εμφανιστούν ανά πάσα στιγμή και οπουδήποτε. Προσπάθησε να παρατηρήσεις το περιβάλλον σου για να βρεις τρόπους να κάνεις τον κόσμο γύρω σου λίγο καλύτερο. Την πρώτη φορά που θα προσπαθήσεις, μπορεί να μην εντοπίσεις τίποτα στο οποίο να μπορείς να βοηθήσεις. Δεν πειράζει. Συνέχισε να ψάχνεις. Όταν έρθει η ευκαιρία να κάνεις κάτι καλό, θα το προσέξεις αμέσως.

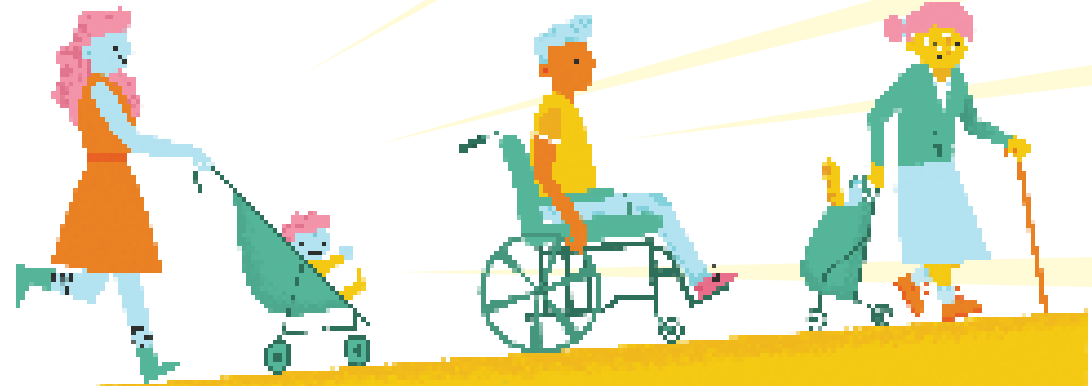
Οι περισσότερες αλλαγές που θα βρεις στον δρόμο σου θα φαίνονται αρκετά μικρές. Μπορεί να δεις έναν άνθρωπο που πασχίζει να κουβαλήσει τα ψώνια του σε απότομα σκαλιά και να αποφασίσεις να βοηθήσεις ή κάποιον που δείχνει μόνος και να θελήσεις να του πιάσεις κουβέντα. Μπορεί να είναι κάτι τόσο απλό όσο το να σηκώσεις από κάτω ένα πλαστικό μπουκάλι και να το ρίξεις στην ανακύκλωση.

ΝΑ ΘΥΜΑΣΑΙ: ΜΗΝ ΚΑΝΕΙΣ ΠΟΤΕ ΚΑΤΙ ΠΟΥ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΣΕ ΒΑΛΕΙ ΣΕ ΚΙΝΔΥΝΟ.

Και μετά τι;

Ένα είναι βέβαιο. Αν αρχίσεις να προσέχεις τον κόσμο γύρω σου, θα αρχίσεις να εντοπίζεις νέους τρόπους να βοηθάς τους συνανθρώπους σου. Αν προσέξεις πολλά μικρά πράγματα, θα μπορέσεις να καταλάβεις μεγαλύτερες αλλαγές που ίσως βοηθήσουν την κοινότητά σου. Αν πολλοί άνθρωποι πασχίζουν να ανέβουν τα απότομα σκαλιά, μήπως μπορείς να οργανώσεις μια

εκστρατεία για να κατασκευαστεί μια ράμπα εκεί κοντά; Αν στο σχολείο σου είναι πολλά τα μοναχικά παιδιά, μήπως μπορείς να φτιάξεις μια καινούρια εξωσχολική λέσχη για να βοηθήσεις τους μαθητές να έρθουν σε επαφή μεταξύ τους; Μάλιστα, μπορείς να συγκεντρώσεις κι άλλα άτομα για να σκεφτείτε τρόπους να γίνει ο κόσμος καλύτερος. Όσο περισσότερα άτομα εμπλέξεις, τόσο πιο εύκολο θα είναι να γίνουν μεγάλες αλλαγές.



Ο κόσμος είναι μεγάλος

Όταν θέλεις να κοιτάξεις γύρω σου, μην περιορίζεσαι μόνο στην περιοχή σου. Αν αρχίσεις να προσέχεις τον κόσμο, στο Διαδίκτυο και στις ειδήσεις, θα δεις σημεία στα οποία θέλεις να κάνεις τη διαφορά. Είναι πολλοί οι σκοποί στους οποίους αφοσιώνονται οι άνθρωποι και είναι φυσιολογικό να νιώθεις ότι σαστίζεις στην αρχή. Αυτό το βιβλίο θα σε βοηθήσει να βάλεις τα πράγματα στη σειρά. Δεν είναι ανάγκη να αλλάξεις ολόκληρο τον κόσμο μεμιάς. Ένας καλός τρόπος να αρχίσεις είναι απλώς να κοιτάξεις γύρω σου.

Κυματάκια αλλαγής

Αν κάνεις μια μικρή αλλαγή στην περιοχή σου, μπορεί να ανακαλύψεις ότι την πρόσεξαν κι άλλοι κι αποφάσισαν να κάνουν την ίδια αλλαγή στη δική τους περιοχή. Μια μικρή πράξη μοιάζει με ένα κυματάκι που μεγαλώνει. Με τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης οι ιδέες φτάνουν σε όλο τον κόσμο πιο γρήγορα από ποτέ άλλοτε.

Η γνώση είναι δύναμη

«Μόρφωση δε σημαίνει ότι μερίζεις ένασ
κουβάς, αλλά ότι ανάβει μια φωτιά».

Ουίλιαμ Μπάτλερ Γίιτς

Το πρώτο βήμα για το ταξίδι κάθε ακτιβιστή γίνεται όταν αρχίζει να μαθαίνει περισσότερα για τον κόσμο, τον τρόπο με τον οποίο λειτουργεί, την ιστορία και τους ανθρώπους του. Έτσι θα είσαι σε θέση να σκέφτεσαι αυτόνομα και να παίρνεις υπεύθυνες αποφάσεις, αντί να περιμένεις από τους άλλους να σου πουν τι πρέπει να πιστεύεις.

Η μόρφωση είναι κάτι διαφορετικό από το σχολείο, όπου κάποιοι άνθρωποι είναι υπεύθυνοι για να συνθέτουν υλικό, διδακτικά βιβλία και μαθήματα από τα οποία εσύ πρέπει να μάθεις. Εδώ πρέπει να κάνεις λίγη περισσότερη δουλειά. Πρέπει να βρεις όσο γίνεται περισσότερες διαφορετικές πηγές, ώστε να μπορείς να ακούς διαφορετικούς ανθρώπους με διαφορετικές απόψεις. Κάποιοι από αυτούς μπορεί να λένε αντίθετα πράγματα. Με κάποιους θα συμφωνείς σχεδόν στα πάντα. Με άλλους θα διαφωνείς κάθετα. Όλα αυτά σημαίνουν ότι έχεις αρχίσει να σκέφτεσαι αυτόνομα.



Τα βιβλία

Από την *Καταγωγή των ειδών* ως το *Κεφάλαιο*, κάποιες από τις πιο σπουδαίες ιδέες της ιστορίας, αυτές που άλλαξαν περισσότερο τον κόσμο, γράφτηκαν στα βιβλία. Δεν είναι μόνο τα μη λογοτεχνικά βιβλία εκείνα που θα σε μορφώσουν. Όταν διαβάζεις ιστορίες γραμμένες από ανθρώπους με διαφορετικές εμπειρίες από τις δικές σου, αποκτάς τελείως διαφορετική προοπτική.

Αν δεν ξέρεις τι να διαβάσεις, πήγαινε στη βιβλιοθήκη της γειτονιάς σου και ζήτησε από τον βιβλιοθηκονόμο να σε βοηθήσει!

Ταινίες και ντοκιμαντέρ

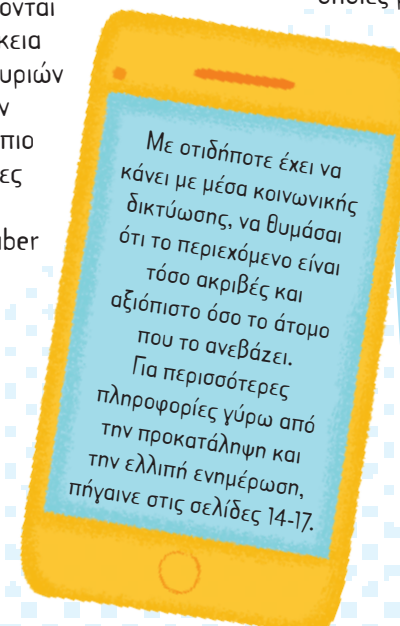
Είναι ένας καλός τρόπος για να πάρεις μια πρώτη ιδέα γύρω από έννοιες που συναντάς πρώτη φορά. Μπορείς, μάλιστα, να καλέσεις τους φίλους σου σπίτι και να δείτε κάτι μαζί, ώστε στη συνέχεια να μπορέσετε να ανταλλάξετε απόψεις όλοι μαζί (δες τη σελίδα 41 για ιδέες).

Άρθρα στις εφημερίδες

Όταν διαβάζεις τις σπουδαιότερες ειδήσεις, ενημερώνεσαι διαρκώς για ό,τι αλλάζει μέρα με τη μέρα. Εξίσου χρήσιμα, όμως, είναι και τα πιο μακροσκελή άρθρα που υπάρχουν συχνά στις εφημερίδες, τα οποία δίνουν πιο λεπτομερείς πληροφορίες για το υπόβαθρο των γεγονότων ανά τον κόσμο.

Twitter και YouTube

Κάποιοι δημοσιογράφοι καλύπτουν τις γοργές εξελίξεις μέσω Twitter, ενώ οι ρεπόρτερ που βρίσκονται επιτόπου κατά τη διάρκεια διαδηλώσεων, διαμαρτυριών και ταραχών ανεβάζουν tweet και βίντεο πολύ πιο γρήγορα απ' ό,τι μεγάλες εταιρείες ενημέρωσης. Υπάρχουν επίσης Youtuber οι οποίοι δημιουργούν βίντεο που εξηγούν περίπλοκα θέματα με απλό τρόπο, κάτι που μπορεί να αποτελέσει μια καλή εισαγωγή σε ορισμένες έννοιες.



Με οτιδήποτε έχει να κάνει με μέσα κοινωνικής δικτύωσης, να θυμάσαι ότι το περιεχόμενο είναι τόσο ακριβές και αξιόπιστο όσο το άτομο που το ανεβάζει. Για περισσότερες πληροφορίες γύρω από την προκατάληψη και την ελλιπή ενημέρωση, πήγαινε στις σελίδες 14-17.

Προσωπικοί λογαριασμοί



Συχνά οι άνθρωποι αφιερώνουν χρόνο για να μιλήσουν για τις προσωπικές τους εμπειρίες με την ελπίδα ότι θα βοηθήσουν άλλους. Είναι σημαντικό να παίρνεις πληροφορίες από άλλα μέρη για να σχηματίσεις μια ευρύτερη εικόνα, όμως η ιστορία που έχει να πει ένα άτομο ίσως έχει μεγάλο αντίκτυπο και να είναι χρήσιμη ώστε να κατανοήσεις την ανθρώπινη εμπειρία πίσω από μεγάλες, παγκόσμιες ιστορίες.

Ομιλίες και συζητήσεις

Είτε απλώς συζητάς τις ιδέες σου με έναν φίλο είτε παρακολουθείς την ομιλία ενός ειδικού, όταν ανοίγεις το μυαλό σου σε νέες ιδέες, βάζεις στον εαυτό σου μια σπουδαία πρόκληση. Συχνά τα πανεπιστήμια και τα κολέγια διοργανώνουν ανοιχτές ομιλίες, είτε στο Διαδίκτυο είτε με φυσική παρουσία, τις οποίες μπορείς να παρακολουθήσεις κι εσύ.

«Καθίσματα των νέων είναι τα αμφισβητήσιμα των διαφθορά».

Κερτ Κομπέιν



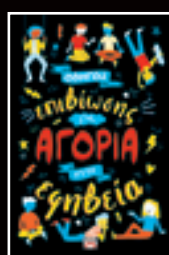
πώς
**μπορείς
 να
 αλλάξεις
 τον
 ΚΟΣΜΟ**



Συλλογή υπογραφών. Διαμαρτυρίες. Εκστρατείες. Κοινωνικές δράσεις. Υπάρχουν πολλοί τρόποι για να βελτιώσεις τον κόσμο στον οποίο ζεις. Αυτός ο οδηγός είναι γεμάτος σχέδια και ιδέες για το πώς μπορείς κι εσύ να συνεισφέρεις στον πλανήτη και στους συνανθρώπους σου.



Στην ίδια σειρά κυκλοφορούν:



ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε.
 ΤΑΤΟΪΟΥ 121, 144 52 ΜΕΤΑΜΟΡΦΩΣΗ ΑΤΤΙΚΗΣ
 ΤΗΛ.: 210 28 04 800 • FAX: 210 28 19 550
 www.psichogios.gr ✉ e-mail: info@psichogios.gr

ΗΛΙΚΙΑ
12+

ISBN: 978-618-01-4036-11



ΚΩΔ. ΜΗΧ/ΣΗΣ: 25811