

JÄÄTMETETA MAJANDAMINE, HEAOLU JA VÄÄRTUSED

Mõtle enne lugemist:

- Miks me pühendame aega jäätmeteta majandamisele või muudele keskkonnateemadele?
- Mida sa elus kõige rohkem väärtustad?
- Milliseid seoseid näed oma põhiväärtuste ja jäätmeteta majandamise vahel?
- Millistel põhjustel jäätmeteta majandamine inimesi huvitama hakkab?
- Kuidas saavad jäätmeteta majandamise lahendused meie elu õnnelikumaks teha?

Peamised ideed siin peatükis põhinevad E.L. Deci & R. M. Ryani isemääramisteoorial¹

Jäätmeteta majandamise ja keskkonna valdkonnas töötavate inimeste jaoks on ilmne, et jäätmeteta majandamine aitab hoida meie loodusressursse ja kaitsta keskkonda, mis ongi sageli peamine põhjus, miks me selles vallas töötame. Me väärtustame loodust ja puhast keskkonda. Ent jäätmeteta majandamise, heaolu ja väärtuste vahel on ka teisi seoseid, mis ei pruugi esmapilgul nii ilmsed olla.

Väärtused ja hoiakud on inimloomuse osa ja mõjutavad kõike, mida me teeme. Teatud hoiakud kuuluvad nii Zero Waste saadiku kui koolitaja pädevuste hulka, kuid loomulikult ei saa me neid ühe koolituskursuse raames õpetada ja ehk polegi nende otsene õpetamine üldse võimalik. Koolituskursustel saame aga kinnistada juba olemasolevaid väärtuseid ja arutleda, miks on need tähtsad. Me ei ole lisanud kummagi koolituse näidisprogrammi väärtustele ja hoiakutele pühendatud sessiooni, kuna tegu on kogu koolitust läbiva teemaga, mida saab siduda erinevate tegevustega, nagu arutelud, rühmatööd või individuaalsed harjutused. Loomulikult võib neid aga käsitleda ka eraldi sessioonis.

Väärtused on keerukad. Meil kõigil on teatud väärtused ja me käitume nende alusel, eriti keerulistes olukordades. Samas on väärtuseid väga raske muuta, kuna need hakkavad kujunema varajases lapsepõlves, nende väljaarenemine võtab kaua aega ja alati ei ole selge, mis täpselt meie väärtusi vormib.

Üks väärtuseid käsitlev teooria on elupüüdluste teooria.²

Vaatame esmalt, milliseid elupüüdlusi ehk elueesmärke inimestel võib olla. Loe järgnevaid väiteid. Millised paar väidet sellest nimekirjast kirjeldavad sinu elus olulisi eesmärke?

1. Ma tahan, et mul oleks palju ilusaid asju.
2. Ma tahan inimesena areneda.
3. Ma tahan, et oleksin tuntud inimene.
4. Ma tahan maailma kuidagi paremaks muuta.
5. Ma tahan mõjuvõimu inimeste üle.
6. Ma tahan lähedasi suhteid sõprade/perekonnaga.



¹ Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*.

² Elupüüdluste teooria või täpsemalt eesmärkide sisu teooria on osa laiemast motivatsiooniteooriast, mida nimetatakse isemääramisteooriaks ja mille autorid on R. M. Ryan ja E. L. Deci.

Elupüüdluseid on palju uuritud³ ja üldiselt saame eristada kahte liiki elupüüdlusi. Nimekirjas olevaid eesmärke 1, 3 ja 5 nimetame välisteks elupüüdlusteks ja eesmärke 2, 4 ja 6 seesmisteks elupüüdlusteks – mõnikord viidatakse neile ka kui hedonistlikele ja eudaimoonilistele elupüüdlustele. Tõenäoliselt valisid sa välja pigem ühte, mitte mõlemat liiki eesmärgid. Kui praegu seda teksti loed ja sind huvitab jäätmete majandamise alane haridus, siis valisid tõenäoliselt välja seesmised elupüüdlused.

Ülevaade väärtuste kahest liigist:

Seesmised elupüüdlused (<i>eudaimonia</i>)	Välised elupüüdlused (<i>hedonia</i>)
Õnn tuleb teadmisesest, et teed õiget asja.	Õnn tuleb positiivsete emotsioonide (naudingute) otsimisest ja negatiivsete emotsioonide (valu) vältimisest.
Peamised püüdlused: <ul style="list-style-type: none"> • lähedaste suhete loomine ja hoidmine; • isiklik areng; • kogukonda (sh globaalsesse) panustamine. 	Peamised püüdlused: <ul style="list-style-type: none"> • majanduslik edu, materiaalne jõukus; • kuulsus, populaarsus; • kuvand, hea välimus.

Ehkki me võime üheaegselt tahta ilus välja näha ja samas oma perekonda väärtustada, on elupüüdluste ning elus tähtsaimaks peetud asjade tasandil inimestel siiski kas seesmised või välised elupüüdlused, mitte nende kahe segu.⁴ Üks liik väärtusi kaldub olema olulisem.



Arva ära, kummal rühmal on vähem ärevust, depressiooni ja kurvameelsust ning samuti väiksem ökoloogiline jalajalg?

Uuringud näitavad, et seesmistele elupüüdlustega rühmal. Niisiis tähendab see, et kui väärtustame esmajoonel kogukonda, suhteid ja enesearengut ja/või töötame mingi suurema eesmärgi nimel (nagu keskkond), siis oleme ühtlasi õnnelikumad. Miks? Sest seesmised elupüüdlused toetavad paremini meie kolme psühholoogilist põhivajadust: seotus, autonoomia ja kompetentsus,⁵ ent välised elupüüdlused põhinevad enda võrdlemisel teistega, mis muudab meid lihtsamini kontrollitavaks ja annab teistele meie üle suurema võimu. Samasuguseid tulemusi on leitud paljudes üle kogu maailma ja eri kultuurides läbi viidud uuringutes.⁶

³ Kasser, T., & Ryan, R. M. (1993). A dark side of the American dream: Correlates of financial success as a central life aspiration. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65(2), 410–422.

⁴ Grouzet, F. M. E., Kasser, T., Ahuvia, A., Dols, J. M. F., Kim, Y., Lau, S., et al. (2005). The structure of goal contents across 15 cultures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 89(5), 800–816.





⁵ Sellest on lähemalt kirjutatud õpimotivatsiooni käsitlevas peatükis.

⁶ Mõned näited: Grouzet, F. M. E., Kasser, T., Ahuvia, A., Dols, J. M. F., Kim, Y., Lau, S., et al. (2005). The structure of goal contents across 15 cultures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 89(5), 800–816; Williams, G. C., Hedberg, V. A., Cox, E. M., & Deci, E. L. (2000). Extrinsic life goals and health-risk behaviors in adolescents. *Journal of Applied Social Psychology*, 30(8), 1756–1771; Utvær, B. K. S., Hammervold, R., & Haugan, G. (2014). Aspiration Index in vocational students: Dimensionality, reliability, and construct validity. *Education Inquiry*, 5(3), 359–383.

Ehkki loomulikult võib ka keskkonnaaktivist end aeg-ajalt tunda läbipõlenu, kurvameelse või masendununa, on jäätmeteta lahenduste kallal töötamine ja elukeskkonna parandamine suures pildis ikkagi meie psühholoogilisele heaolule ja vaimsele tervisele kasulik.

Kuidas on lood väliste elupüüdlustega inimestega? Kas ka nemad saaksid liikuda seesmiste püüdluste suunas? Tegelik küsimus seisneb ehk hoopis selles, mis meie väärtuseid mõjutab?

Loomulikult avaldavad meie väärtustele mõju paljud tegurid, kusjuures eriti oluline roll on lapsepõlvel ja kasvatusel. Samas on ka meid ümbritsevas keskkonnas tegureid, mis võivad pikaajalises perspektiivis mõju avaldada. Mõned väärtusi mõjutavad tegurid on järgmised.

- **Mida väärtustavad meid ümbritsevad inimesed (perekond, sõbrad, kolleegid, õpetajad...)?** 
 - Kas rõhutatakse pigem koostööd või konkurentsi?
 - Kumb on tähtsam: kiire tulemuse saavutamine või põhjalikuks õppimiseks aja võtmine?
 - Kas oluline on teistele meele järele olla või iseenda jaoks tegevuse sügavam mõte leida?
- **Meid ümbritsev kultuur, poliitiline režiim, ajakirjanduse tonaalsus ja stiil.** 
 - Kui piiravad on seadused ja reeglid?
 - Mida peetakse ühiskonnas vastuvõetavaks ja mida mitte?
 - Mida loetakse ühiskonnas edukaks ja ihaldusväärseks eluks?
 - Kui vabalt saame ennast väljendada?
- **Milliseid sõnu me igapäevaselt kasutame?** 
 - Kas räägime rohkem välistest või seesmistest väärtustest, näiteks kas nimetame inimesi tarbijateks või kodanikeks?⁷
 - Kas räägime rohkem rahast või sellest, kuidas seda inimeste heaolusse investeerida?
- **Meie igapäevane keskkond.** 



**Kuidas meie elukeskkond (meie linnad) meie väärtuseid mõjutavad ja suunavad?
Millist rolli mängivad selle juures jäätmeteta majandamise lahendused?**

⁷ Inimeste käitumine võib lausa erineda olenevalt sellest, kas nende poole pöörduetakse kui tarbijate või kodanike poole: ["Consumerism and its antisocial effects can be turned on-or off"](#), Association for Psychological Science (2012)

Loomulikult algab see linnaplaneerimisest: kuidas on kõige lihtsam ringi liikuda (kõndimine ja rattasõit vs auto), millised on võimalused vaba aja veetmiseks (kaubanduskeskused või kultuuripaigad ja rohealad), millisel määral toetavad need valikuvõimalused rohkem osaluspõhist suhtlust jne. Ka jäätmekäitlus on selle osa, alates kõige põhilisemast ehk sellest, kui puhas on meie linnaruum (kui palju ühisruumi väärtustatakse ja selle eest hoolitsetakse), ja lõpetades näiteks sellega, kuidas me töötleme ressursse, mida meil endal enam tarvis ei lähe.

Kui mõtleme sellele, millised on kõige olulisemad põhimõtted, mida me jäätmeteta majandamise puhul toetame, nagu jäätmetekke vähendamine, korduskasutus, paranduskohvikud, kogukonnakompostimine ja kogukondlikud aiad ning toidujagamine, siis ei seisne need ainult keskkonnakaitses ja kulude kärpimises, vaid ka inimestevaheliste sidemete tugevdamises, uute oskuste arendamises ja vanade (parandus)oskuste elushoidmises ning oma asjadega loominguiliselt ja teadlikult ümber käimises. Jäätmeteta majandamine tähendab, et inimesed on omavahel tihedamalt seotud ja luuakse rohkem tähendusrikkaid töökohti, see tähendab, et peame heaolu tarbimisest tähtsamaks. Jäätmeteta majandamine toetab seesmiseid elupüüdlusi.

Carl Jungi tsitaat väärtuste ja inimestevahelise suhtluse kohta annab ainet sellel teemal edasi mõelda.

“Üksildus ei teki sellest, et sinu ümber ei ole inimesi, vaid sellest, et sul ei ole võimalik nendega suhelda teemadel, mis tunduvad sulle olulised.”

Väärtuste, suhtluse ja inimeste keskkonnateemadesse kaasamise kohta saad lähemalt lugeda peatükkidest „Kommunikatsioon ja lugude jutustamine“ ja „Õpimotivatsioon“.

Lugejale edasi mõtlemiseks:

- Millistel muudel viisidel saaksime seesmiseid väärtusi toetada?
- Kui palju saame sinu arvates teiste inimeste väärtusi mõjutada?
- Kuidas sa tavaliselt teistele jäätmeteta majandamise olulisust selgitad?

