



# MET-VET

Metacognition for  
Environmental Thinking  
in VET

Αριθμός Έργου KA220-VET-73F8B619

## Μεταγνώση για Περιβαλλοντική Σκέψη Πλαίσιο Ικανοτήτων



Co-funded by  
the European Union

Συντελεστές

Cuiablue OÜ, Εσθονία

CWEP, Πολωνία

Inercia Digital, Ισπανία

SYNTHESIS, Κύπρος

OLOKLIROSIS, Ελλάδα

Essenia UETP, Ιταλία

VHS Cham, Γερμανία

## Περιεχόμενα

Συντελεστές	2
Ιστορικό	4
Τι είναι η μεταγνώση;	4
Μεθοδολογία	4
Το πλαίσιο ικανοτήτων	6
Συμπεράσματα	11

## Ιστορικό

Αυτό το πλαίσιο αναπτύχθηκε ως το πρώτο αποτέλεσμα του έργου Μεταγνώση για Περιβαλλοντική Σκέψη στην ΕΕΚ. Στο πλαίσιο του ευρύτερου πεδίου εφαρμογής και των στόχων του έργου MET-VET, αυτό το αποτέλεσμα του έργου αποσκοπεί στο συνδυασμό των μεταγνωστικών ικανοτήτων και της περιβαλλοντικής ευαισθητοποίησης, προσέγγισης και δράσης στο πλαίσιο της ευρωπαϊκής επαγγελματικής εκπαίδευσης και κατάρτισης. Αυτό θα αποτελέσει σημείο αναφοράς για τους εκπαιδευόμενους ώστε να κατανοήσουν τις βασικές μεταγνωστικές ικανότητες που απαιτούνται για την ανάπτυξη ευρείας γνώσης, δεξιοτήτων και συμπεριφοράς με επίκεντρο το περιβάλλον, ανεξάρτητα από το συγκεκριμένο κλάδο στον οποίο εκπαιδεύονται για να εισέλθουν.

### Τι είναι η μεταγνώση;

Η μεταγνώση είναι η διαδικασία μέσω της οποίας οι μαθητές σχεδιάζουν, παρακολουθούν, αξιολογούν και κάνουν αλλαγές στις δικές τους μαθησιακές συμπεριφορές. Η μεταγνωστική επίγνωση παρέχει στους μαθητές βαθύτερη γνώση του σχεδιασμού, της παρακολούθησης και της αναστοχαστικής αξιολόγησης των επιδόσεών τους, γεγονός που δημιουργεί υψηλότερα επίπεδα αυτεπάρκειας.

Ο παρακάτω πίνακας συνοψίζει τα επίπεδα μεταγνωστικής ικανότητας, όπως περιγράφονται από τον Perkins, 1992.

Επίπεδο	Ορισμός
Σιωπηρό	καμία επίγνωση της μάθησης
Συνειδητό	γνωρίζει ότι λαμβάνει χώρα μάθηση, αλλά δεν έχει ενεργό αντίκτυπο στη δική του μάθηση
Στρατηγικό	Ενεργά καθοδηγεί και εμποτίζει με τις αξίες και τις πεποιθήσεις του τη δική του μάθηση
Ανακλαστικό	μαθαίνει από τη δική του μαθησιακή διαδικασία και βελτιώνει τη μαθησιακή τους στρατηγική

Πίνακας 1: Προσαρμογή από "τέσσερα επίπεδα μεταγνωστικών μαθητών: σιωπηρό- συνειδητό- στρατηγικό- ανακλαστικό"- Perkins (1992).

Η μεταγνώση είναι ένα αποδεδειγμένο εργαλείο για την ενσωμάτωση θετικών συμπεριφορών στην προσέγγιση ενός ατόμου, που χρησιμοποιείται σε όλα τα επίπεδα και τις μορφές εκπαίδευσης, και οι μαθητές που εφαρμόζουν περισσότερες μεταγνωστικές στρατηγικές είναι πιο αυτόνομοι και αυτοκινητοποιημένοι μαθητές.

### Μεθοδολογία

Το πλαίσιο αναπτύχθηκε μέσω συστηματικής ανασκόπησης των υφιστάμενων μεταγνωστικών ικανοτήτων σε κάθε χώρα εταίρο, στο πλαίσιο της οποίας οι εταίροι διεξήγαγαν βιβλιογραφική έρευνα με επίκεντρο το θέμα των μεταγνωστικών δεξιοτήτων, παρέχοντας τελικά αποτελέσματα που συνοψίστηκαν σε 8 μεταγνωστικές ικανότητες. Η Cuiabluie OÜ παρείχε ένα πρότυπο έρευνας και καθόρισε τις κατευθυντήριες γραμμές της



έρευνας γραφείου για τη συγκέντρωση των τρεχουσών εξελίξεων γύρω από τις μεταγνωστικές ικανότητες.

Η Cuiablue ΟΥ πραγματοποίησε ανάλυση των μεταγνωστικών ικανοτήτων που συγκέντρωσαν οι εταίροι και τις ομαδοποίησε για να καταλήξει σε 8 μεταγνωστικές ικανότητες, οι οποίες καλύπτουν σε γενικές γραμμές όλες τις τρέχουσες μεταγνωστικές ικανότητες που αξιολογήθηκαν από τους εταίρους. Αυτές είναι οι εξής:

1. **Σχεδιασμός**
2. **Ανάκλαση**
3. **Κριτική Σκέψη**
4. **Ολιστική Άποψη**
5. **Καθορισμός και Επίλυση Προβλημάτων**
6. **Διανοητικό Σενάριο**
7. **Ενεργός Συμμετοχή**
8. **Αλλαγή Συμπεριφοράς**

Μετά από αυτά τα πρώτα βήματα για την ανάπτυξη του πλαισίου, οι εταίροι πραγματοποίησαν σε συνεργασία μια αντιστοίχιση των μετα-ικανοτήτων με τις ικανότητες του πλαισίου GreenComp με τους εξής τρόπους:

1. προσαρμογή των περιγραφών για τη συμπλήρωση του πλαισίου ικανοτήτων MET-VET
2. παροχή υποθετικών συστάσεων πολιτικής που σχετίζονται με κάθε ικανότητα
3. συμπερίληψη πρακτικών παραδειγμάτων για τους εκπαιδευόμενους που συμπληρώνουν τις βασικές περιγραφές κάθε ικανότητας και παρέχουν κάποιο πλαίσιο και κατανόηση του πραγματικού κόσμου για το πώς θα μπορούσε να εφαρμοστεί μια ικανότητα

Καθώς υπάρχουν εκατοντάδες ορισμοί της μεταγνώσης που απευθύνονται σε χρήστες (ακαδημαϊκοί, παιδαγωγικοί, θεωρητικοί κλπ.) και προορίζονται για διαφορετικούς σκοπούς, το επόμενο βήμα ήταν, για τους σκοπούς του έργου και λαμβάνοντας υπόψη τις ομάδες-στόχος και τους τελικούς χρήστες του MET-VET, να εξηγήσουμε με απλά λόγια τι είναι η μεταγνώση και τα διαφορετικά επίπεδα μεταγνώσης που μπορούν να επιτευχθούν.

Πρώτον, αναπτύχθηκε ένα σύνολο ερωτηματολογίων στοχεύοντας στις διαβουλεύσεις με τους ενδιαφερόμενους φορείς και ένα πρότυπο για την έρευνα γραφείου, το οποίο βελτιώθηκε και τροποποιήθηκε ανάλογα, ώστε οι εταίροι να είναι σε θέση να αρχίσουν να συγκεντρώνουν πληροφορίες σε εθνικό επίπεδο. Ενώ η κοινοπραξία ανέλαβε την έρευνα γραφείου, αναπτύχθηκε το αρχικό σχέδιο του πλαισίου. Αφού συνοψίστηκαν και αναλύθηκαν τα αποτελέσματα της έρευνας γραφείου και ελήφθησαν υπόψη τα σχόλια που ελήφθησαν από τις συναντήσεις διαβούλευσης με τους ενδιαφερόμενους φορείς, αναπτύχθηκε η δεύτερη επανάληψη του πλαισίου για σχόλια και ανατροφοδότηση από την



κοινοπραξία. Αφού ενσωματώθηκαν τα σχόλια και οι παρατηρήσεις, η τελική έκδοση του πλαισίου μεταφράστηκε και δοκιμάστηκε πιλοτικά με ευρύτερες ομάδες ενδιαφερομένων και τελικούς χρήστες.

### Το πλαίσιο ικανοτήτων

Το πλαίσιο παρουσιάζεται κατωτέρω και έχει δομηθεί ώστε να διασφαλίζεται η σαφήνεια και να λαμβάνονται υπόψη οι απαιτήσεις των προοριζόμενων χρηστών.

1. **Ικανότητα:** η ονομασία της μεταγνωστικής ικανότητας.
2. **Περιγραφέας μεταγνωστικής ικανότητας:** περιγραφέας που εξηγεί τι σημαίνει η ικανότητα - οι περιγραφείς αυτοί παρέχουν λεπτομέρειες ώστε να είναι χρήσιμοι για τους χρήστες να κατανοήσουν τις αποχρώσεις κάθε ικανότητας και πώς σχετίζεται με το πλαίσιό τους.
3. **Συνδεδεμένες ικανότητες GreenComp:** ευθυγράμμιση μεταξύ της μεταγνωστικής ικανότητας και των ικανοτήτων βιωσιμότητας στο πλαίσιο GreenComp.
4. **Περιγραφικός δείκτης ικανοτήτων περιβαλλοντικής σκέψης:** περιγραφικός δείκτης που συνοψίζει μια ενιαία ικανότητα περιβαλλοντικής σκέψης με βάση τις μεταγνωστικές και τις ικανότητες GreenComp.
5. **Παραδείγματα χρήσης:** πρακτικά, συγκρίσιμα παραδείγματα εφαρμογής της ικανότητας σε ένα πραγματικό σενάριο.

Τα παρακάτω επίπεδα επάρκειας περιγράφουν σε γενικές γραμμές το βαθμό στον οποίο οι ικανότητες του πλαισίου μπορούν να υιοθετηθούν.

- **Ευαισθητοποίηση:** Το άτομο γνωρίζει την ικανότητα, αλλά δεν την εφαρμόζει πλήρως λόγω έλλειψης δεξιοτήτων ή/και γνώσεων.
- **Δράση:** Το άτομο αναλαμβάνει ενέργειες που σχετίζονται με την ικανότητα.
- **Προσέγγιση:** Το άτομο κατανοεί το σκοπό και τη λειτουργία της ικανότητας και σχεδιάζει προληπτικά τις ενέργειες που σχετίζονται με την ικανότητα στον τρόπο ζωής και τις επιλογές του.
- **Συμπεριφορά:** Το άτομο μπορεί να προσαρμόσει τη νοοτροπία του ώστε να μεγιστοποιήσει την ικανότητά του σε αυτόν τον τομέα και να επηρεάσει τον τρόπο ζωής και τις επιλογές του.

Ικανότητα	Περιγραφικός δείκτης μεταγνωστικής επάρκειας	Συνδεδεμένες ικανότητες GreenComp	Περιγραφική ικανότητα περιβαλλοντικής σκέψης	Παράδειγμα χρήσης
<b>Σχεδιασμός</b>	να εξετάζει πώς αλληλεπιδρούν εξωτερικά και εσωτερικά στοιχεία κατά τον σχεδιασμό	Συστημική σκέψη Κριτική σκέψη Διαμόρφωση προβλημάτων Προσαρμοστικότητα	να λαμβάνουν υπόψη εξωτερικά και εσωτερικά περιβαλλοντικά στοιχεία κατά τον σχεδιασμό που σχετίζεται με το περιβάλλον	Όταν σχεδιάζετε τη μάθηση και την εργασία σας, λάβετε υπόψη σας βιώσιμες επιλογές, για τις μετακινήσεις σας χρησιμοποιήστε όσο το δυνατόν περισσότερο τα μέσα μαζικής μεταφοράς- όταν σχεδιάζετε το μαγείρεμα στο σπίτι, κάντε έναν κατάλογο με τα πράγματα που θέλετε να μαγειρέψετε για να αποφύγετε την περίσσεια τροφίμων που μπορεί να χαλάσουν.
Η ικανότητα προσδιορισμού της κατεύθυνσης του ατόμου, ο καθορισμός στόχων και σκοπών, η πρόβλεψη, η οργάνωση της εργασίας, η κατανομή των χρόνων για το σχέδιο εκτέλεσης και ο σχεδιασμός υποθέσεων.	να αξιολογούν τις πληροφορίες και να λαμβάνουν υπόψη τις κοινωνικές και πολιτιστικές πτυχές του σεναρίου κατά το σχεδιασμό		να λαμβάνουν υπόψη τις κοινωνικές και πολιτιστικές πτυχές των περιβαλλοντικών προβλημάτων, των προκλήσεων και των πιθανών λύσεων κατά το σχεδιασμό τους	
	σχέδιο για την ενσωμάτωση προσεγγίσεων που προβλέπουν και προλαμβάνουν τα προβλήματα και μετριάζουν και προσαρμόζονται στα υπάρχοντα προβλήματα		ενσωμάτωση της βιωσιμότητας στη διαδικασία σχεδιασμού	
	να διασφαλίζεται ότι κάθε προσέγγιση σχεδιασμού διαθέτει ένα επίπεδο ευελιξίας ώστε να λαμβάνονται υπόψη τα μεταβαλλόμενα σενάρια ή οι εξελισσόμενες καταστάσεις		διασφάλιση ότι τα σχέδια βιωσιμότητας περιλαμβάνουν σενάρια καλύτερης και χειρότερης περίπτωσης	
<b>Αντανάκλαση</b>	να προβληματιστούν σχετικά με τις προσωπικές τους αξίες	Αξιολόγηση της βιωσιμότητας Συστημική σκέψη Μελλοντική παιδεία	να αναλογιστείτε πώς οι προσωπικές σας αξίες ευθυγραμμίζονται με τους περιβαλλοντικούς στόχους	Αναλογιστείτε τις προηγούμενες λύσεις, αναλύστε τη συμπεριφορά σας, παρακολουθήστε πόσο πλαστικό παράγετε και προσαρμόστε πιο βιώσιμες επιλογές, μετρήστε την κατανάλωση ενέργειας.
Η ικανότητα να σκέφτεστε με δομημένο και ολιστικό τρόπο που παρέχει την ευκαιρία να εμβαθύνετε στην ανάλυση και να κατανοήσετε τη σχέση μεταξύ της πραγματικής κατάστασης και της θεωρίας. Αυτό περιλαμβάνει την αξιολόγηση της δικής τους προσπάθειας και τον εντοπισμό της στρατηγικής που εφάρμοσαν	να εξετάσει πώς ο χρόνος, η τοποθεσία και το πλαίσιο επηρέασαν τον τρόπο με τον οποίο τα στοιχεία αλληλεπιδρούσαν μεταξύ τους		να λαμβάνει υπόψη τις συγκεκριμένες χρονικές, τοπικές και περιβαλλοντικές αποχρώσεις κάθε περιβαλλοντικού ζητήματος	
	να αναλογιστείτε πώς οι αποφάσεις του παρελθόντος επηρέασαν το μέλλον και πώς οι δικές σας αποφάσεις επηρεάζουν το μέλλον		να διδαχθεί από τις περιβαλλοντικές επιτυχίες του παρελθόντος και τα διδάγματα που αντλήθηκαν	

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανakλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές.

και τους βοήθησε να μάθουν και ποια όχι.				
<b>Κριτική σκέψη</b>	να αναλύει τρέχοντα ή δυνητικά προβλήματα με βάση τα διαθέσιμα στοιχεία και να καταλήγει σε μια πορεία δράσης	Διαμόρφωση προβλημάτων Μελλοντικός γραμματισμός Διερευνητική σκέψη	αναλύουν τα περιβαλλοντικά προβλήματα με βάση ακριβή στοιχεία πριν αναζητήσουν λύση	Σκεφτείτε πώς μπορείτε να μειώσετε την κατανάλωση των πόρων που χρειάζεστε (τροφήμα, ενέργεια, νερό) και αν σήμερα κάνετε υπερβολική χρήση ή σπαταλάτε πόρους.
Η ικανότητα ενός ατόμου να εντοπίζει τα κεντρικά ζητήματα και τις υποθέσεις σε ένα επιχείρημα, να αναγνωρίζει σημαντικές σχέσεις, να εξάγει σωστά συμπεράσματα από δεδομένα, να εξάγει συμπεράσματα από πληροφορίες ή δεδομένα που παρέχονται, να ερμηνεύει κατά πόσον τα συμπεράσματα είναι δικαιολογημένα με βάση τα δεδομένα που δίνονται και να αξιολογεί τα αποδεικτικά στοιχεία ή την αυθεντία.	να αξιολογούν και να αξιολογούν τις αποφάσεις με βάση τον αντίκτυπο τους στο μέλλον		να λαμβάνει υπόψη τη βιωσιμότητα και τον περιβαλλοντικό αντίκτυπο σε όλες τις δράσεις	
	να συνδέουν διαφορετικά πεδία, κλάδους μέσω δημιουργικής και καινοτόμου σκέψης κατά την κριτική ανάλυση στοιχείων		να σκέφτονται πώς μπορούν να συνεργαστούν διάφοροι τομείς και εμπειρογνώμονες για την επίλυση περιβαλλοντικών προβλημάτων	
<b>Ολιστική άποψη</b>	να διασφαλίζουν ότι το προσωπικό, κοινωνικό και πολιτισμικό πλαίσιο ενημερώνει τα συμπεράσματα της κριτικής ανάλυσης	Κριτική σκέψη Διερευνητική σκέψη Συλλογική δράση	να εξετάζουν το προσωπικό, κοινωνικό και πολιτισμικό πλαίσιο των περιβαλλοντικών ζητημάτων	Σκεφτείτε τον "κύκλο του πλαστικού": θα πρέπει να ανακυκλώνετε τις πλαστικές σακούλες αντί να τις πετάτε στη φύση. Οι πλαστικές σακούλες επηρεάζουν αρνητικά τη ρύπανση της θάλασσας, πνίγουν μέχρι θανάτου τις χελώνες, εισέρχονται στην τροφική αλυσίδα και μπορούν να μεταφερθούν στο σώμα των πτηνών.
Η ικανότητα να περιγράφει τη διαδικασία μέσω της οποίας πολλαπλά επίπεδα διαδικασιών σκέψης επικαλύπτονται παρουσιάζοντας πτυχές γνώσεων, δεξιοτήτων και στάσεων και να περιγράφει τις αλληλεπιδράσεις πολλαπλών περιοχών και παραγόντων με τρόπο που να συνάδει με τους στόχους και τις	να χρησιμοποιούν διερευνητική σκέψη για να συγκεντρώνουν ευρύτερες απόψεις και προοπτικές		να εξασφαλίζουν ένα εύρος προοπτικών κατά την αξιολόγηση περιβαλλοντικών ζητημάτων	
	να συνεργαστεί με άλλους ενδιαφερόμενους φορείς για να συγκεντρώσει ευρείες απόψεις και να δράσει συλλογικά		διαβούλευση με ένα ευρύ φάσμα επηρεαζόμενων κοινοτήτων και εξεύρεση λύσεων χωρίς αποκλεισμούς στα περιβαλλοντικά προβλήματα	



επιδιώξεις τόσο σε πρακτικό όσο και σε αξιακό επίπεδο.				
<b>Επίλυση προβλημάτων</b>	να καθορίζουν τις προκλήσεις από άποψη δυσκολίας, χρόνου, γεωγραφίας και έκτασης	Διαμόρφωση προβλήματος Συλλογική δράση Ατομική πρωτοβουλία	να εξετάζουν όλα τα στοιχεία των περιβαλλοντικών προκλήσεων και να εφαρμόζουν τις κατάλληλες λύσεις	όταν πρέπει να πετάξετε σκουπίδια αλλά δεν υπάρχουν κάδοι, μπορείτε να τα πάρετε στο σπίτι σας για ανακύκλωση, αντί να τα πετάξετε.
Η ικανότητα ταξινόμησης ενός προβλήματος, διατύπωσης του στόχου της επίλυσης του προβλήματος, καταγραφής των διαθέσιμων πληροφοριών, επιλογής των σχετικών πληροφοριών, ελέγχου εάν ένα παρόμοιο πρόβλημα έχει ήδη επιλυθεί, συλλογής πιθανών λύσεων, συστηματικής ανάλυσης της συλλογής, δοκιμής των βέλτιστων προσεγγίσεων, αξιολόγησης των αποτελεσμάτων και βελτίωσης της προσέγγισης επίλυσης.	να προβλέπουν τα προβλήματα πριν εμφανιστούν και να παρουσιάζουν λογικές λύσεις για την πρόληψη ή τον μετριασμό τους		να κατανοήσουν πώς αναπτύσσονται τα περιβαλλοντικά προβλήματα και πώς να τα αντιμετωπίσουν έγκαιρα	
	να συνεργάζονται με άλλους ενδιαφερόμενους και εμπειρογνώμονες για τη διαμόρφωση και επίλυση προβλημάτων		να λάβει τεχνογνωσία και συμβουλές από τομείς για την πλήρη κατανόηση των περιβαλλοντικών προβλημάτων	
	να αναγνωρίζετε την ικανότητα και τις δυνατότητές σας να εντοπίζετε ζητήματα και να ενεργείτε για την αντιμετώπισή τους	να εντοπίσετε περιβαλλοντικά ζητήματα που σας αφορούν και τα οποία γνωρίζετε καλά		
<b>Διανοητικό σενάριο</b>	να υιοθετείτε και να ζείτε σύμφωνα με τις αξίες σας σε ό,τι κάνετε	Αξιολόγηση της βιωσιμότητας Ατομική πρωτοβουλία	ενσωματώστε την αειφορία στην καθημερινή σας ζωή	να παίρνετε τη δική σας τσάντα για τα ψώνια σας και να την έχετε πάντα μαζί σας- να έχετε πάντα μαζί σας δύο τσάντες, ώστε αν αφήσετε τη μία γεμάτη με ψώνια στο σπίτι να μπορείτε να έχετε την άλλη μαζί σας- και να αποφεύγετε τις πλαστικές ή χάρτινες σακούλες μιας χρήσης
Η τεχνική του σχεδιασμού και της εξάσκησης ενός τρόπου σκέψης, συνήθως όταν πρέπει να αντιμετωπιστεί μια πιο σύνθετη εργασία. Αυτό περιλαμβάνει την ικανότητα να σχεδιάζουν νοερά το σχέδιο που θα ακολουθήσουν για να ολοκληρώσουν μια δεδομένη εργασία, ώστε να είναι προετοιμασμένοι όταν συμβεί το πραγματικό γεγονός ή η	να σκέφτεστε κριτικά για το πώς η νοοτροπία και οι ασυνείδητες προκαταλήψεις σας επηρεάζουν τις πράξεις σας		να αναλύσετε τη δική σας νοοτροπία και πώς αυτή διαμορφώνει την προσέγγισή σας στη βιωσιμότητα	
	οραματίζετε τη θετική συμβολή που θα έχετε όταν αλλάξετε τις πράξεις και τη συμπεριφορά σας	να κατανοήσετε τον θετικό αντίκτυπο της συμπεριφοράς σας, όσο μικρός και αν είναι αυτός		

<p>πραγματική κατάσταση, για να διαχειριστούν την κατάσταση πιο αποτελεσματικά. Να εκπαιδεύσετε τη δική σας νοοτροπία ώστε να περιλαμβάνει την πράσινη σκέψη, συμπεριλαμβανομένης της επανεξέτασης των δικών σας ενεργειών με πράσινο τρόπο.</p>				
<p><b>Ενεργός συμμετοχή</b></p> <p>Η εμπλοκή, είτε ενός ατόμου είτε μιας ομάδας ατόμων, στη διακυβέρνηση ή σε άλλες δραστηριότητες, με σκοπό την άσκηση επιρροής, διασφαλίζοντας ότι το άτομο/ομάδα δεν είναι απλώς ένας υποδοχέας γνώσης, αλλά δημιουργεί τη δική του μάθηση ενεργά και μοναδικά.</p>	<p>να συμμετάσχουν σε δραστηριότητες για τη διεκδίκηση αποτελεσματικών πολιτικών</p> <p>να αναλαμβάνουν συλλογική πρωτοβουλία ενεργώντας μαζί με άλλους ενδιαφερόμενους φορείς για να επηρεάσουν θετικά τις διαδικασίες διακυβέρνησης</p> <p>να αναλαμβάνουν ατομική πρωτοβουλία για να συμβάλλουν σε θετικές δράσεις σε προσωπικό επίπεδο</p>	<p>Πολιτικός φορέας Συλλογική δράση Ατομική πρωτοβουλία</p>	<p>υποστηρίζουν τις περιβαλλοντικές πολιτικές και ενεργούν για την ενθάρρυνσή τους</p> <p>να εφαρμόζουν δεξιότητες κριτικής ανάλυσης στην περιβαλλοντική διακυβέρνηση</p> <p>να δίνετε το παράδειγμα, εκτελώντας περιβαλλοντικές δράσεις που θέλετε να δείτε</p>	<p>Η Greta Thunberg αποτελεί ένα από τα σημαντικότερα παραδείγματα ενεργού περιβαλλοντικής συμμετοχής τα τελευταία χρόνια. Σκεφτείτε πώς έχει δώσει το παράδειγμα και έχει συμμετάσχει σε εκδηλώσεις υψηλού προφίλ και σκεφτείτε τι θα μπορούσατε να κάνετε για να το επαναλάβετε αυτό σε τοπικό επίπεδο.</p>
<p><b>Αλλαγή συμπεριφοράς:</b> Η ικανότητα του ατόμου να αλλάζει τη συμπεριφορά και τις συνήθειες μετά από αυτοαναστοχασμό και αυτορρύθμιση. Η ικανότητα εντοπισμού λανθασμένων προτύπων συμπεριφοράς και στάσεων και η προώθηση αλλαγών. Ικανότητα προσαρμογής συμπεριφορών και προτύπων ώστε να είναι πιο προσαρμόσιμα στα τρέχοντα περιβάλλοντα. Η γνώση δράσης</p>	<p>να διασφαλίζετε ότι οι ενέργειές σας εκτιμούν τις μεταγνωστικές σας δεξιότητες και γνώσεις</p> <p>να προσαρμόζετε τη συμπεριφορά σας ώστε να παραμένει σύμφωνη με τις αξίες σας καθώς αυτές εξελίσσονται</p>	<p>Υποστήριξη της δικαιοσύνης Προώθηση της προσαρμοστικότητας της φύσης</p>	<p>να εφαρμόζετε τις μεταγνωστικές σας δεξιότητες στις καθημερινές σας ενέργειες για να αξιολογείτε την περιβαλλοντική σας σκέψη</p> <p>να αναγνωρίζετε και να αξιολογείτε τις δικές σας αλλαγές στη συμπεριφορά σας σε σχέση με τη βιωσιμότητα</p>	<p>Σπατάλη τροφίμων: αγοράζουμε μόνο τις απαραίτητες ποσότητες τροφίμων, επαναχρησιμοποιούμε τα περισσεύματα, δίνουμε το πλεόνασμα σε ανθρώπους που έχουν ανάγκη από τρόφιμα, δημιουργούμε κομπόστ χρησιμοποιώντας τα οργανικά απόβλητα αντί να τα πετάμε.</p>



είναι η επίγνωση του ατόμου για τις μεθόδους που θα ενεργοποιήσει και τις ενέργειες που θα εκτελέσει στο έργο της επίλυσης του προβλήματος.				
---	--	--	--	--

## Συμπεράσματα

Εν κατακλείδι, το παραπάνω πλαίσιο περιγράφει τον τρόπο με τον οποίο οι βασικές μεταγνωστικές ικανότητες και οι περιβαλλοντικές ικανότητες συγχωνεύονται για τη δημιουργία ικανοτήτων περιβαλλοντικής σκέψης. Οι περιγραφείς ικανοτήτων αντιπροσωπεύουν μοναδικό συνδυασμό μεταγνωστικών και περιβαλλοντικών ικανοτήτων και λεπτομερείς περιγραφείς ικανοτήτων για τις περιπτώσεις όπου αυτές επικαλύπτονται και υποστηρίζουν τους ίδιους στόχους. Αυτές διευκολύνουν μια νέα προσέγγιση της περιβαλλοντικής σκέψης και της δέσμευσης, διαπλέκοντάς τες με τις βασικές ικανότητες των τεχνικών και μεθόδων αυτοκατευθυνόμενης μάθησης.