

# MANIFESTO PER L'ECOPSICOLOGIA



L'ecopsicologia è una psicologia del noi.

E' scienza delle relazioni e arte dell'incontro.

Relazioni tra l'io e il mondo, tra l'io e gli altri esseri umani.  
Relazioni con la natura animata e inanimata di questo pianeta  
e con tutti i diversi aspetti della nostra natura interiore,  
della nostra psiche.

E incontro. Incontro autentico,  
caratterizzato da ascolto, attenzione, rispetto e meraviglia.  
Incontro dell'altro da sé per conoscere meglio se stessi;  
incontro con se stessi per aprirsi con più facilità  
agli altri e al mondo.

L'ecopsicologia riconnette l'individuo  
alle profondità e alle vette del proprio essere,  
per permettergli di riconoscersi parte della terra e del cielo,  
per ricordargli le sue origini e il suo impegno nel mondo.

L'ecopsicologia insegna a valorizzare la natura umana  
per ritrovare la connessione con la Terra e con la vita;  
e insegna ad avvicinarsi alla natura per conoscere meglio se stessi.

La crescita personale diventa strumento per lo sviluppo  
di una coscienza ambientale,  
e la coscienza ambientale diventa punto di partenza per una crescita personale.

L'ecopsicologia prepara così all'ecocittadinanza,  
alla consapevolezza di essere tutti cittadini del pianeta Terra  
e allo sviluppo delle qualità necessarie per condividere insieme,  
con gioia, non solo la responsabilità,  
ma anche l'amore  
per questo mondo di cui siamo parte.

## A chi si rivolge l'ecopsicologia?

Nata in ambito terapeutico per "svegliare la psicologia" l'ecopsicologia si rivolge prima di tutto a psicologi, psicoterapeuti e counselor, invitandoli a riconoscere gli stretti legami tra disagio esistenziale e squilibrio ambientale, ma sta allargando progressivamente i suoi confini per coinvolgere anche insegnanti, educatori, formatori e tutti coloro che lavorano nell'ambito delle relazioni, e possono favorire attraverso il proprio operare la crescita personale e lo sviluppo di una consapevolezza ecologica profonda, di quello che il sociologo Edgar Morin chiama "identità terrestre" e in ambito istituzionale europeo oggi viene chiamata Ecocittadinanza.

L'ecopsicologia, oggi, si rivolge a tutti i terrestri consapevoli, ai singoli individui che riconoscono l'importanza di "non arrendersi all'evitabile" e di dare ognuno il suo contributo in un contesto che ci richiede con urgenza di svegliarci a una percezione di più ampio respiro nei confronti del mondo di cui siamo parte.

## Cosa caratterizza l'ecopsicologo, ecocounselor, ecocittadino?



**Autoconoscenza e autoaccettazione** come base per una relazione matura e creativa con il prossimo.



**Apertura al dialogo e all'incontro** con il diverso per l'elaborazione di strategie efficaci di convivenza e sinergia.



**Consapevolezza** delle implicazioni sociali, economiche, spirituali e ambientali delle proprie scelte di consumo e di stile di vita



**Ampia visione dell'essere umano**, riconosciuto nelle sue componenti fisiche, emotive, cognitive e spirituali; coerentemente con la psicologia del profondo, la psicologia umanistico-esistenziale e la psicologia transpersonale



**Fiducia nelle potenzialità di crescita** e autorealizzazione dell'individuo e nella sua fondamentale libertà, creatività e responsabilità



**Capacità di relazione** ed empatia, a tutti i livelli, sensibilità nei confronti dell'ambiente naturale come intrinsecamente vivo e degno di rispetto



**Visione sistemica** della realtà e consapevolezza delle interrelazioni a tutti i livelli, corpo-mente, pensiero-azione, individuo-società, società-ambiente



**Pensiero libero** e autonomo, capace di riconoscere le manipolazioni indotte da media e di non indulgere passivamente in luoghi comuni e generalizzazioni



**Attenzione nei confronti di culture altre**, nel tempo e nello spazio, senza preclusioni o pregiudizi



**Consapevolezza delle implicazioni semiotiche** e biosemiotiche come base psicolinguistica per stabilire una relazione con la storia e con il linguaggio.