

10 STRATEGIE SPOTŘEBY A ŽIVOTNÍHO STYLU

Každý z nás může volit mezi strategiemi, jak utvářet vlastní životní styl – vyznačují se například šetrností, pečlivým sledováním parametrů výrobků, nebo sdílením předmětů či jejich znovuvyužitím (často k jinému účelu a v nové podobě). O těchto možnostech se musíme naučit přemýšlet a hodnotit svůj „pokrok“ i zlepšování podmínek ke spotřebitelským „inovacím“ ve společnosti.

1. O CO JDE?

V praxi je pro odpovědnou spotřebu nutno připravit podmínky – podpořit ji především **opatřeními „shora“**, což dělají politici. Mohou tak například systémově podporovat motivaci, otevírat příležitosti k odpovědnému spotřebitelskému rozhodování, či vytvářet vhodnou infrastrukturu, aby se tato rozhodnutí stala každodenní samozřejmostí.¹ Aby tato opatření byla účinná, musí také jednotlivci rozumět dopadu svých (spotřebitelských) rozhodnutí a formovat svůj odpovědný / udržitelný životní styl sami. Bez těchto **iniciativ „zdola“** se totiž celkové změny „spotřebitelské kultury“ neobejdou – a právě k nim může přispět vzdělávání.

2. KDE JE PROBLÉM?

Člověk nemusí být zrovna spotřebitelským aktivistou (prosazovat **etickou spotřebu** v rámci všech svých jednotlivých spotřebních rozhodnutí), aby se dokázal rozhodovat v souladu s hodnotami udržitelnosti. Zaujmout odpovědný postoj ve svém spotřebitelském chování může různými způsoby, například na základě informací o výrobku, které dokáže správně vyhodnotit. Aby se lépe vyznal v nabídce a pořizoval si především takové produkty, které škodí životnímu prostředí co nejméně, může se v jednotlivých případech orientovat podle **ekoznačení**, nebo sledovat technické parametry výrobků. Četné příležitosti ke snížení dopadu stávajících produktů na životní prostředí však může do svého života zavádět „systémově“, a to změnami způsobů užívání předmětů každodenní i dlouhodobé spotřeby, což potom přispívá k zásadní změně životního stylu.

¹ Viz kapitola **Životní styl** čerpající z Akenji, L., & Chen, H. (2016). A Framework for Shaping Sustainable Lifestyles. *United Nations Environment Programme: Nairobi, Kenya*. [Online](#), str. 15.

Pro rozlišení různých přístupů a následně i k podpoře změn, které jsou založeny na iniciativách „zdola“, byl vyvinut rámec **REDuse** (**R**efuse, **E**ffuse, **D**iffuse). Ten pomáhá odlišovat různé odpovědné přístupy, tedy mapuje způsoby, jak: odmítnout výrobek (Refuse); neplýtvat, užívat výrobky efektivně (Effuse); a zvolit jinou spotřebitelskou strategii, například výrobky používat znovu nebo jinak (Diffuse).² Příležitosti ke snížení dopadu stávajících produktů na životní prostředí tak lze hledat ve změně způsobu jejich používání. V praxi jde například o systém služeb *namísto výrobků* (viz níže) a *sdílenou spotřebu*, jejichž význam stále roste. Toto rozlišení různých přístupů, které pomáhají snižovat nepříznivé dopady spotřeby, ukazuje škálu možností a může inspirovat ke konkrétním krokům, na jejichž základě potom můžeme formovat vlastní životní „filosofii“ a „styl“ – strategie jsou podrobněji popsány níže.

3. JAK SE NA TO PŘIŠLO?

Nové oblasti vědeckého výzkumu, díky kterým se podařilo rozpracovat principy cirkulární ekonomiky i koncept hodnocení environmentálních dopadů z pohledu celého životního cyklu daného výrobku (LCA), mění názory na fungování ekonomiky jako celku, otevírají ale i nové možnosti pro jednotlivce. Nové nástroje pro hodnocení dopadu výrobků na základě jejich životního cyklu „od kolébky ke hrobu“ teď ovlivňují výrobní procesy (myslí se na ně už při ekodesignu výrobků) a mohou sloužit jako obecný rámec pro odpovědné rozhodování spotřebitelů. V něm jde o to, aby člověk měl stále na paměti všechny fáze životního cyklu výrobku, a přemýšlel tak například již při pořizování věcí o tom, jak je bude užívat a co s daným výrobkem udělá, až doslouží – podle toho je i vybíral. Nad vlastní spotřebou se ale může zamyslet i z širšího (kritického) pohledu na své zájmy a zvyklosti, jak ukazujeme níže.³

4. VYMEZENÍ POJMU

Tři výše zmíněné strategie: **Refuse** (odmítání), **Effuse** (užívání efektivněji), **Diffuse** (užívání odlišně), a tento celkový **rámec REDuse**, nám umožňují hodnotit a / nebo utvářet taktiky odpovědné spotřeby na individuální úrovni, a také obecně, v politické rovině. Jednotlivci nebo organizace mohou díky tomu lépe rozumět možnostem, které jsou k dispozici, a hledat nejšetrnější způsoby uspokojování svých potřeb, které odpovídají jejich (krátkodobým i dlouhodobým) životním cílům a jsou společensky přínosné.

² [Akenji, Chen, 2016](#), str. 28–29.

³ Více se dozvíte na stránce [Uvažování z pohledu celého životního cyklu](#) na české Wikipedii, která byla autory tohoto metodického materiálu zpracována pro využití v češtině (přeložena z anglické verze).

Změnu spotřebního chování, jež má negativní dopady na životní prostředí nebo společnost, zahrnuje složka **odmítnutí (Refuse)**, tedy úplné vyloučení daného výrobku nebo jeho součásti (obalu) ze spotřeby. Příkladem by mohlo být snižování potravinového odpadu (šetřením potravinami) nebo nákup bezobalových produktů. Přístup označený jako **efektivní užívání (Effuse)** je založen na podpoře chování, které má minimální negativní dopady a / nebo působí dokonce pozitivně. Za příklad může sloužit používání jízdního kola místo soukromého vozu, nebo kompostování organického odpadu. Zatímco při *odmítání* je třeba se vypořádat s potenciálně škodlivými návyky, *efektivní užívání* podporuje příznivé složky chování a může být spojeno s pozitivní motivací. Třetí přístup – **odlišné užívání (Diffuse)** – již nelze rozvíjet pouze individuálně: je třeba zapojit komunitu a vytvářet strategie kolektivní udržitelnosti, která se projevuje určitým typem chování. Příkladem je sdílení výrobků jako jsou automobily nebo například obydlí, a spolupráce v rámci spotřebních společenství – zakládání komunitních zahrad či farem a společné užívání toho, co vyprodukují.

První z těchto oblastí, Refuse, je v českém prostředí diskutována tradičně – je založena na principu dobrovolné skromnosti. Strategie Effuse provokuje výrobce, aby nabízeli zboží s environmentálně příznivými parametry (nižší energetickou spotřebou, nároky na materiály a podobně); spotřebitel se pak musí po těchto informacích pídít a rozhodovat se podle nich. Měl by se také vyznat v datech o dopadu jednotlivých fází životního cyklu výrobku, a zkoušet je omezovat cíleným výběrem, šetrným užíváním a například jejich recyklací po skončení životnosti. Přijetí strategie Diffuse vede k hledání nových řešení v dalších oblastech – otevírá tak nové možnosti znovuvyžití nebo mění radikálně způsob používání výrobků, přičemž vznikají nové vztahy mezi spotřebiteli samotnými, i spotřebitelů k výrobcům. Všechny tyto strategie podněcují lidi, aby přemýšleli o tom, jak dělat věci jinak – lépe, než dosud. Takové přemýšlení je pak základem inovací. Z konkrétních strategií zde uvádíme dvě, které považujeme za nejvíce inovativní (podrobněji viz přehled pojmů v [Enviwiki](#)).

Pro některé typy odlišného užívání založeného na spolupráci a vztazích v rámci komunity, společenství, se užívá pojem **sdílená spotřeba (collaborative consumption, CC)** zahrnující různé možnosti komunitní výměny věcí. Pojem se používá pro méně obvyklé tržní chování jako je sdílení, půjčování, výměna předmětů a swapování,⁴ z nichž některým mohou napomáhat síťové technologie. Společná spotřeba narušuje tradiční způsoby užívání věcí

⁴ Swap – to je komunitní výměna mezi dvěma lidmi. Podle [Wikipedie](#) pochází pojem swap z anglického jazyka a „v českém prostředí se ujal pro označení výměny mezi dvěma lidmi, ať už výměny věcí, které jeden již nevyužije a druhému mohou posloužit, nebo oblečení, doplňků do domácnosti, knih, kyttek, domácích přebytků atd. ... Swapy mohou probíhat buď v reálném světě, kdy se účastníci akce sejdou na jednom místě a věci si vyměňují, anebo v on-line prostředí.“

a poukazuje nejen na to, co konzumujeme, ale také na to, *jak* konzumujeme. Tento typ spotřebitelského chování závisí na řadě faktorů. Příkladem rostoucího zájmu o sdílenou spotřebu je online platforma AirBnB (určená pro sdílení ubytování v místech po celém světě) a Zipcar (globální carsharingový program fungující v Severní Americe, Velké Británii a Španělsku) – možné využití tohoto modelu i v jiných oblastech je příležitostí pro další úvahy o snižování spotřeby.⁵

Odlišné užívání (Diffuse) praktikují jednotlivci, ale i podniky; vznikají tak nové možnosti úspor i podnikatelské příležitosti. Příkladem takových nových příležitostí je poskytování služeb, které nahradí vlastnictví určitých výrobků – tzv. **systém služeb místo výrobků** (**product service system**, PSS). Zde se předpokládá, že spotřebitelé hledají službu spojenou s produktem, a nepotřebují si k tomu pořizovat výrobek samotný. Zatímco výroba, údržba a prodej výrobků spotřebuje značné množství materiálních, energetických a taky finančních zdrojů, při poskytování služby jeden poskytovatel vlastní a udržuje v součtu menší množství produktů, které slouží více klientům. Zvyšuje se tedy efektivita užívání, což snižuje dopad produktů v celém jejich životním cyklu. PSS se v zásadě skládá ze systému produktů a služeb, které jsou nabízeny v rámci určité konkrétní sítě; tato „infrastruktura“ pak vytváří nové podmínky pro využívání veřejných služeb. Vynikajícím příkladem úspěšného systému PSS je například celosvětově rostoucí zájem o sdílenou dopravu, jako je bikeshare.

5. PRAKTICKÉ POUŽITÍ POJMU V SOUČASNOSTI

V této oblasti se rozvíjí mnoho nových strategií a přístupů; pojmy zde používané tedy byly odvozeny z praxe, ne naopak. Touto tzv. dobrou praxí se můžeme inspirovat jak v individuálním životě, tak také z ní čerpat náměty pro společné aktivity.⁶

5 Hybné síly, principy a systémy společné spotřeby, viz UNEP. (2015). *Sustainable Production and Consumption. A Handbook for Policymakers, Global edition*, ISBN 978-92-807-3364-8. [Online](#), str. 135. Další informace viz: Collaborative Consumption Hub n.d., The Movement. [Online](#).

6 Odkazy na relevantní zdroje viz níže; přehled pojmů viz [Enviwiki](#). Lze také čerpat z publikace: (UNEP, 2015), str. 108 (Resource Efficiency and Cleaner Production, RECP), 111 (design pro udržitelnost), 112 (Ekoinovace).

6. CO SE V TÉ VĚCI DĚLÁ A CO MOHU UDĚLAT JÁ

Můžeme si vybrat některý z alternativních způsobů či strategií spotřeby (viz tabulka strategií v Pojmech z [Enviwiki](#)), zjistit si informace, vyzkoušet v praxi, vyhodnotit výsledky ve vztahu k vlastní osobě i ke společenství, v němž momentálně fungujeme, a zamyslet se nad závěry, které by nám mohly pomoci v dalším rozhodování. Jako zdroj inspirace pro úvahy i praxi lze kromě toho využít:

- **tradiční zvyklosti/znalosti** (zaměřené na šetrnost, využít například koncept „[ekonomie dostatku](#)“)
- zaměřit se na **nemateriální „spotřebu“** – zážitky, ať již jde o zážitky v přírodě (které často vedou k jejímu hlubšímu pochopení), zážitky kulturní, nebo prosté rozvíjení vztahů.

7. JAK SI VYHODNOTIT, ŽE POSTUPUJI DOBRĚ

UNEP navrhl Kompas udržitelné výroby a spotřeby založený na 4 ukazatelích, které hodnotí a sledují:

1. dodržování předpisů (přizpůsobení),
2. účinnost,
3. propojenost,
4. zohledňování kritického přírodního kapitálu.

Na tomto základě pak UNEP zpracovává indikátory, které ukazují chování výrobců a spotřebitelů a mapují změny k udržitelnějším praktikám, tedy hodnotí míru dosažení cílů udržitelné výroby a spotřeby. Jak je patrné z obrázku a následující tabulky, tyto ukazatele také odrážejí možnosti, jak ovlivňovat činnost jednotlivých spotřebitelů a výrobců v těchto čtyřech oblastech, a kromě toho mohou být považovány za stupně či fáze přechodu k udržitelné výrobě a spotřebě. Důležité je, že tak uvádí spotřebu do souvislosti s výrobou (spotřebitelé svými rozhodnutími ovlivňují výrobce).



Obrázek 1: Kompas udržitelné výroby a spotřeby

Zdroj: [UNEP, 2015](#), str. 100)

Tabulka 1. Možné faktory ovlivňující myšlení (výrobců a) spotřebitelů

Zdroj: [UNEP, 2015](#), str. 101)

Vliv na výrobce by se mohl odehrávat z hlediska těchto faktorů:	Vliv na spotřebitele by se mohl odehrávat z hlediska těchto faktorů:
Dodržování předpisů (přizpůsobení) – minimální působení tam, kde firma pouze sleduje dodržování zákonů a jedná, jen aby si udržela své právo na provoz.	Dodržování předpisů (přizpůsobení) – tam, kde spotřebitelé nakupují na základě ceny a užitečnosti bez pochopení toho, že ovlivňují producenty prostřednictvím spotřební volby.
Sledování účinnosti – pokud je firma připravena se zabývat výrobky a procesy, a minimalizovat toky zdrojů (materiálu, energie a vody) v produkčním i životním cyklu produktu.	Sledování účinnosti – pokud spotřebitelé dávají přednost produktům, které mají vyšší účinnost nebo snižují spotřebu zdrojů a emise při zachování užitečnosti.
Vědomí propojenosti – když firma uznává svou závislost na sociálním a lidském kapitálu a podniká kroky k podpoře těchto hlavních „zdrojů“.	Vědomí propojenosti – když spotřebitelé podnikají kroky k ovlivnění producentů prostřednictvím svých spotřebitelských rozhodnutí (úspěch zde bude záviset například na přístupu k sociálním sítím, kterými lze relevantní informace šířit, na úrovni jejich příjmů a sebevědomí).
Ohled na kritický přírodní kapitál – pokud firma uznává potřebu zachovat kritickou zásobu přírodního kapitálu a podniká kroky k jeho obnovení nebo se alespoň vyhýbá jeho systematickému ničení. K tomu je třeba, aby se firmy vzdaly části krátkodobého finančního zisku pro zajištění dlouhodobé odolnosti.	Ohled na kritický přírodní kapitál – když jsou rozhodnutí spotřebitelů motivována potřebou udržet kritickou zásobu přírodního kapitálu. Spotřebitelé se pak vzdají krátkodobých individuálních přínosů pro dlouhodobější společenské hodnoty.

Propojenost spotřeby a výroby znamená, že při úvahách o změně spotřební kultury je třeba zohlednit všechny společenské aktéry, kteří mají vliv na spotřebu a výrobu. Mezi ně v tomto případě nepatří pouze spotřebitelé; nutné změny se týkají zemědělců, investorů, výrobců, dodavatelů, distributorů, právníků, majitelů malých podniků, vládních agentur, firem na svoz a recyklaci odpadu atd. K celkové změně je třeba, aby všichni podporovali udržitelná řešení. Teprve potom dojde k celkové proměně kultury dané společnosti, která formuje podobu ekonomiky i převažující životní styl – a jejich prostřednictvím (systémově) ovlivňuje také jednotlivce.

8. VYUŽITÍ VE VZDĚLÁVÁNÍ

Strategie spotřeby a životních stylů nabízejí možnosti kreativně rozmyslet a zkusit spotřební vzorce a přístupy. Je zde možno uplatnit komunitní princip a sledovat, že kromě dobrého pocitu z šetrnosti k životnímu prostředí jsou tak podporovány i dobré vztahy v rámci určitého společenství, například školy.

9. ZDROJE

Spotřebitelské strategie a pojmy, aktuální verze viz [Enviwiki](#)

Liz Grauerholz, et al. University of Central Florida: [Teaching about Consumption and Sustainability](#)

Tento článek pojednává o programu, který probíhal na různých univerzitách na Floridě, kde měli studenti za úkol po určitou dobu změnit své konzumní návyky a pak přemýšlet o těchto zkušenostech. Zjištění tohoto projektu byla, že když si studenti mohli koupit pouze věci, které skutečně potřebovali, uvědomili si, že mohou žít s mnohem menšími nároky, než byli zvyklí, a většina z nich byla po ukončení projektu ochotna pokračovat v praktickém naplňování principů udržitelné spotřeby.

UNEP: [Here and Now! Education for Sustainable Consumption – Recommendations and Guidelines](#)

Příručka naplňuje potřebu systematictějšího uchopení problematiky vzdělávání k odpovědné spotřebě. Odpovídá na otázky jako: Které pedagogické přístupy jsou v daných kulturách a situacích výhodnější? Na která témata je třeba klást důraz a která by měla být ponechána na rozhodnutí rodičů nebo jiných společenských autorit? Jak mohou žáci/studenti nejlépe pochopit a využít vědecké poznatky, například údaje vypočítané k posouzení environmentálních dopadů? Toto je několik z mnoha otázek, na které by mělo vzdělávání k odpovědné spotřebě odpovídat – k čemuž zde nalezneme přehled základních principů a zkušeností.

UNESCO Material, 2007: [Youth xchange: training kit on responsible consumption - the guide](#)

EC, 2018: [Introduction to Life Cycle Thinking](#).

Online kurz poskytovaný zdarma – 4 bloky, 3 lekce v každém z nich + další zdroje, kvízy atd.

[REAL, 2018: MOOC: How Green Is That Product? An Introduction to Life Cycle Environmental Assessment](#)

Volně dostupný online kurz MOOC poskytovaný Northwestern University v angličtině

UNESCO: [Template - Preparing Teachers for Global Citizenship Education](#)

Jde o jiné téma, než odpovědná spotřeba, ale důležité je, že se metodicky ukazuje, jak použít principy transformativního učení pro různé věkové stupně – přehledně a hezky zpracované.

Know your lifestyle. Introducing Sustainable Consumption in second Chance Education. [Online](#).

One Planet: What is Sustainable Consumption and Production? [Online](#)

UNEP: [The Life Cycle Initiative](#) (obsahuje další zdroje).