

<https://doi.org/10.36719/2789-6919/38/75-79>

**Qumru Balaxanova**  
Azərbaycan Dövlət Pedaqoji Universiteti  
19\_bq\_91@mail.ru

## **Ekoloji ayaq izi: istehlak vərdişlərimizi yenidən düşünmək**

### **Xülasə**

Ekoloji ayaq izi bir insanın, icmanın və ya fəaliyyətin ekosistəmlərə təsirini ölçən bir göstəricidir. Bu, istehlak edilən resursların (su, enerji, ərzaq, xammal) miqdarını və onların istehsalı, daşınması və istehlak edilməsi prosesləri zamanı yaranan tullantıları əhatə edir. Ekoloji ayaq izi, bir insanın gündəlik həyatında etdiyi seçimlərin və davranışların planetin ekoloji sərhədləri daxilində necə yer aldığını göstərir.

Bu göstərici insanların ətraf mühitə olan təsirlərini anlamaq, resursların daha dayanıqlı istifadəsini təşviq etmək və iqlim dəyişikliyi ilə mübarizə aparmaq üçün faydalıdır. Ekoloji ayaq izinin azaldılması, daha yaşıl həyat tərzinin qəbul edilməsini və resursların mühafizəsini təşviq edir.

Ekoloji ayaq izimizi düşünmək və azaltmaq, planetimizin gələcəyini qorumaq üçün kritik bir addımdır. İstehlak vərdişlərimizi yenidən düşünərək, daha davamlı bir həyat tərzinə keçmək, yalnız özümüz üçün deyil, gələcək nəsillər üçün də əhəmiyyətlidir. Hər birimizin kiçik addımları, qlobal ekoloji dəyişikliklərin qarşısını almaqda və daha sağlam bir planet yaratmaqda böyük rol oynaya bilər. Ekoloji ayaq izimizi azaltmaq, sağlam mühitin qorunması və təbii resursların davamlı istifadəsi üçün vacibdir. Bu məqsədlə, fərdi və kollektiv səylərimizi birləşdirərək, daha davamlı bir gələcək yaratmağı hədəfləyirik.

**Açar sözlər:** ekoloji ayaq izi, yaşıl seçim, istehlak vərdişlər, ekosistəmlər, iqlim dəyişikliyi

**Gumru Balakhanova**  
Azerbaijan State Pedagogical University  
19\_bq\_91@mail.ru

## **The Environmental Footprint: Rethinking Our Consumption Habits**

### **Abstract**

Ecological footprint is an indicator that measures the impact of a person, community or activity on ecosystems. This includes the amount of resources consumed (water, energy, food, raw materials) and the waste generated during the processes of their production, transportation and consumption. An ecological footprint shows how the choices and behaviors a person makes in their daily life fit within the planet's ecological boundaries.

This indicator is useful for understanding human impacts on the environment, promoting more sustainable use of resources, and combating climate change. Reducing the ecological footprint encourages the adoption of greener lifestyles and conservation of resources.

Thinking about and reducing our ecological footprint is a critical step in protecting the future of our planet. Rethinking our consumption habits and moving to a more sustainable lifestyle is important not only for ourselves, but also for future generations. The small steps each of us can take can play a big role in preventing global environmental change and creating a healthier planet. Reducing our ecological footprint is essential for maintaining a healthy environment and sustainable use of natural resources. To this end, we aim to create a more sustainable future by combining our individual and collective efforts.

**Keywords:** ecological footprint, green choice, consumption habits, ecosystems, climate change

## Giriş

Dünya son illərdə ekoloji problemlərin artması, iqlim dəyişikliyi, resursların tükənməsi və sosial ədalətsizliklər ilə qarşı-qarşıyadır. Bu çətinliklər, insanların gündəlik həyatını, sağlamlığını və gələcəyini təhdid edir. “Yaşıl Seçim” anlayışı, bu problemlərə müsbət bir yanaşma gətirir və ekoloji, sosial və iqtisadi davamlılığı bir araya gətirərək daha yaxşı bir gələcək qurmağı hədəfləyir.

Yaşıl Seçimin əsasını ekoloji düşüncə təşkil edir. Ekoloji problemlər ətraf mühitin çirklənməsi, bioloji müxtəlifliyin azalması, iqlim dəyişikliyi və təbii resursların sürətli istismarı kimi məsələlərdən qaynaqlanır. Bu problemlər yalnız müasir cəmiyyətin deyil, bütün planetin gələcəyini təhdid edir.

Yaşıl Seçim ekoloji siyasətlərin tətbiqi ilə ekosistemlərin qorunmasını və təbii resursların davamlı istifadəsini təşviq edir. Yenilənə bilən enerji mənbələrinin, məsələn, günəş, külək və hidroenerji istifadə olunması, karbon emissiyalarının azaldılması məqsədini güdür. Ekoloji düşüncə insanların istehlak vərdişlərini dəyişdirməyi, tullantıları azaltmağı və daha az resurs sərf etməyi təşviq edir (Abbasova, 2005: 77). Bu yanaşma, yalnız müsbət ekoloji nəticələr doğurmaqla qalmır, eyni zamanda insan sağlamlığını qoruyur, çünki təmiz hava, su və sağlam ekosistemlər insanların həyat keyfiyyətini artırır.

## Tədqiqat

Yaşıl Seçim, ekoloji məsələlərə yanaşı, sosial ədalət prinsiplərinə də güclü bir vurğu edir. Bu yanaşma, cəmiyyətdəki bütün fərdlərin bərabər hüquqlara malik olmasını və sosial ədalətin təmin olunmasını tələb edir (Abbasov, 2006: 57). İnsan hüquqları, gender bərabərliyi, etnik azlıqların hüquqları və sosial ədalət, Yaşıl Seçimin mərkəzində duran prinsiplərdir.

Sosial ədalət yalnız iqtisadi bərabərliklə deyil, eyni zamanda resursların ədalətli bölüşdürülməsi ilə də bağlıdır. Ekoloji siyasətlər, ən zəif və həssas qrupları qorumaqla, onların səsini eşitməklə və sosial ədalət prinsipini irəlilətməklə daha ədalətli bir cəmiyyət yaratmağı hədəfləyir. Məsələn, iqlim dəyişikliyi və ekoloji problemlər daha çox az gəlirli və sosial cəhətdən həssas qrupları təsir edir (Ağakışiyeva, 2000: 35). Bu səbəbdən, Yaşıl Seçim bu qrupların müdafiəsini və onların hüquqlarını irəlilətməyə yönəlməlidir.

Yaşıl Seçim iqtisadi inkişafın ekoloji balansla uyğun olmasını da vurğulayır. Davamlı iqtisadiyyat yalnız maliyyə mənfəəti güdmür; eyni zamanda ətraf mühiti və cəmiyyətin rifahını düşünməlidir. Bu yanaşma yaşıl texnologiyaların inkişafını, ekoloji cəhətdən təmiz istehsal üsullarını və yaşıl iş imkanlarının yaradılmasını təşviq edir.

Yaşıl iqtisadiyyat, yalnız ekoloji deyil, həm də iqtisadi artım üçün yeni imkanlar yaradır. Yenilənə bilən enerji sektoru, enerji səmərəliliyi, ekoloji təmiz kənd təsərrüfatı və davamlı turizm kimi sahələr, iş imkanları yaradaraq iqtisadiyyatı irəlilətməyi hədəfləyir. Bu yanaşma, eyni zamanda yerli icmaların inkişafına da dəstək verir, çünki ekoloji cəhətdən davamlı layihələr yerli iqtisadiyyatı gücləndirir.

Ekoloji ayaq izi nədir?

Ekoloji ayaq izi bir insanın, icmanın və ya fəaliyyətin ekosistemlərə təsirini ölçən bir göstəricidir. Bu, istehlak edilən resursların (su, enerji, ərzaq, xammal) miqdarını və onların istehsalı, daşınması və istehlak edilməsi prosesləri zamanı yaranan tullantıları əhatə edir. Ekoloji ayaq izi bir insanın gündəlik həyatında etdiyi seçimlərin və davranışların planetin ekoloji sərhədləri daxilində necə yer aldığını göstərir (Ağayeva, 2000: 68).

Bu göstərici, insanların ətraf mühitə olan təsirlərini anlamaq, resursların daha dayanıqlı istifadəsini təşviq etmək və iqlim dəyişikliyi ilə mübarizə aparmaq üçün faydalıdır. Ekoloji ayaq izinin azaldılması, daha yaşıl həyat tərzinin qəbul edilməsini və resursların mühafizəsini təşviq edir.

Ekoloji ayaq izi aşağıdakı elementləri əhatə edir:

**Karbon ayaq izi:** bir insanın və ya bir fəaliyyətin istixana qazlarının (xüsusilə karbon dioksid) atmosfərə buraxdığı ümumi miqdarı ifadə edir. Bu ölçü, enerji istehsalı, nəqliyyat, istehsal prosesi və digər fəaliyyətlər zamanı meydana gələn emissiyaları əhatə edir. Karbon ayaq izini azaltmaq, iqlim dəyişikliyinə təsirlərini minimuma endirmək üçün mühüm addımlardan biridir. Bu, daha az enerji istehlak etmək, yenilənə bilən enerji mənbələrinə keçmək və davamlı istehsal metodlarına yönəlməklə mümkündür (Əhmədov, 2006: 85).

**Su ayaq izi:** bir insanın və ya bir fəaliyyətin istehsal etdiyi suyun ümumi miqdarını ifadə edir. Bu, birbaşa istifadə olunan suyu (məsələn, içməli su) və dolaylı istifadəni (məsələn, istehsal prosesi, ərzaq istehsalı zamanı istifadə olunan su) əhatə edir. Su ayaq izi, su resurslarının idarə edilməsi və dayanıqlı istehlak üçün mühüm bir ölçüdür, çünki suyun çatışmazlığı artdıqca bu cür məlumatların düzgün analizi daha da vacib olur. Su ayaq izini azaltmaq, suyun qorunması və davamlı istehlak üçün əhəmiyyətlidir.

**Torpaq ayaq izi:** bir insanın və ya bir fəaliyyətin torpağa təsirini və torpaq istifadəsinin miqdarını ölçən bir göstəricidir. Bu, torpağın istifadəsi, torpaqdan əldə edilən məhsul, yerüstü bitki örtüyünün azalması və torpaq eroziyası kimi faktorları əhatə edir. Torpaq ayaq izi, əkinçilik, şəhər inkişafı və digər fəaliyyətlərin torpaq resurslarına necə təsir etdiyini anlamağa kömək edir. Torpağın davamlı istifadəsi və qorunması üçün bu göstəricinin izlənməsi və azaldılması vacibdir, çünki torpağın sağlamlığı ekosistemlərin və qida istehsalının davamlılığı üçün əsasdır.

**Material ayaq izi:** bir insanın və ya bir fəaliyyətin istehsal etdiyi materialların (xüsusilə xammal, məhsul və tullantıların) ümumi miqdarını ifadə edən bir göstəricidir. Bu, məhsul istehsalı, istehlak və tullantıların idarə edilməsi proseslərində istifadə olunan resursları əhatə edir. Material ayaq izi, xammal istifadəsinin effektivliyini və davamlılığını ölçmək üçün vacibdir, çünki bu göstərici resursların istehsalında və istehlakında daha dayanıqlı yanaşmaların qəbul edilməsinə kömək edir. Material ayaq izinin azaldılması, resursların qorunması və tullantıların azalması baxımından əhəmiyyətlidir (Məmmədov, 2005: 95).

Ekoloji ayaq izinin ölçülməsi, insanların və cəmiyyətlərin ekoloji sağlamlığı dəyərləndirməyə, daha davamlı istehlak vərdişlərinə yönəlməyə və ekosistemlərin qorunmasına kömək edir.

Ekoloji ayaq izinin məqsədi, insanların istehlak vərdişlərinin və fəaliyyətlərinin ekosistemlər üzərindəki təsirini anlamaqdır. Bu, fərdlərin və cəmiyyətlərin ekoloji vəziyyəti dəyərləndirməsinə, ekoloji şüurun artırılmasına və davamlı həyat tərzinin təşviqinə kömək edir.

#### **Vəzifələri:**

**Məlumatlandırma:** İnsanlara ekoloji ayaq izinin nə olduğunu və onun əhəmiyyətini başa salmaq.

**Təhlil:** İstehlak vərdişlərini və onların ekoloji təsirlərini qiymətləndirmək.

**Davamlı həyat təzi təşviqi:** İstehlakçıları daha ekoloji cəhətdən dost seçimlər etməyə yönləndirmək.

**Politikaların inkişafı:** Ekoloji ayaq izinin azaldılması üçün strateji tədbirlərin və siyasətlərin hazırlanmasına dəstək olmaq.

**İcma iştirakı:** İnsanları ekoloji layihələrdə iştirak etməyə təşviq edərək, kollektiv dəyişikliklərə nail olmaq.

Bu məqsəd və vəzifələr, ekoloji tarazlığı qorumağa və davamlı inkişafı təmin etməyə yönəlmişdir.

Ekoloji ayaq izini azaltmaq üçün bir sıra tövsiyələr:

**1. Enerji istifadəsi. Yenilənə bilən enerji mənbələri:** Evdə günəş panelləri və ya külək turbinləri quraşdıraraq elektrik istehsalını azaltmağa çalışmaq. **Enerji səmərəli cihazlar:** A++ və ya daha yüksək enerji istehsalına malik cihazlar seçmək. **İşıqlandırma:** LED lampalar istifadə etmək və işıqları yalnız lazım olanda yandırmaq.

**2. Nəqliyyat. İctimai nəqliyyat:** Avtomobil əvəzinə avtobus, metro və ya dəmir yolu istifadə etmək. **Velosiped sürmək:** Qısa məsafələr üçün velosiped sürmək, tıxacları azaltmağa və sağlamlığınızı yaxşılaşdırmağa kömək edir. **Carpooling:** Eyni istiqamətdə gedən insanlarla bir araya gələrək avtomobil paylaşmaq.

**3. Qida istehlakı. Yerli və mövsümi məhsullar:** Yerli fermerlərdən alınan məhsullar, daşınma nəticəsində yaranan karbon izini azaldır. **Bitki əsaslı qida:** Ət istehlakını azaltmaq, ətraf mühitə daha az təsir edir. **Tullantıların azaldılması:** Qida israfını minimuma endirmək üçün alış-veriş etmədən əvvəl plan qurulması.

**4. Tullantıların idarə edilməsi. Tullantıların ayrılması:** Kağız, plastik, şüşə və orqanik tullantıları ayıraraq recycling (geri dönüşüm) prosesinə qoşulmaq. **Kompostlama:** Qida tullan-

tılarınızi kompostlayaraq torpaq məhsuldarlığını artırmaq. **Təkrar istifadə:** Alış-veriş zamanı istifadə olunan torbalardan istifadə etmək və plastik məhsullardan qaçınmaq.

**5. Su İstifadəsi. Su qənaəti:** Qısa duşlar almaq, suyu açıq buraxmadan yuyunmaq və su sızmalarını düzəltmək. **Yaşıl bağçılıq:** Yerli bitkilərdən ibarət bağ yaratmaq, su istehlakını azaldır.

**6. Alış-veriş vərdişləri. Eko-dostu məhsullar:** Ekoloji sertifikatlı məhsulları seçmək, kimyəvi maddələrdən qaçınmaq. **İkinci əl alış-veriş:** İkinci əl mağazalardan, bazarlardan alış-veriş edərək yeni məhsul istehsalını azaltmaq.

**7. Təhsil və şüurlanma. Ekoloji məlumat:** Ekoloji problemlər və davamlı inkişaf haqqında məlumatlanmaq və başqalarını da məlumatlandırmaq. **Aktiv iştirak:** Ekoloji təşəbbüslərdə iştirak etmək, yerli icma layihələrinə dəstək olmaq.

Bu tövsiyələri gündəlik həyatımıza inteqrasiya edərək, ekoloji ayaq izini azaltmağa və daha yaşıl bir gələcək qurmağa kömək edə bilərik. Hər bir kiçik addım əhəmiyyətlidir! Yaşıl seçimlər, davamlı gələcəyin təminatı üçün vacibdir. Bu seçimlər, yalnız fərdi səviyyədə deyil, icma və dövlət səviyyəsində də həyata keçirilməlidir. Dövlətlər, ekoloji qanunvericilik və təşviq proqramları vasitəsilə yaşıl seçimləri təşviq etməlidir. İcma əsaslı layihələr isə insanları ekoloji cəhətdən şüurlu istehlak vərdişlərinə yönləndirməkdə müsbət rol oynaya bilər (Mirbabayev, 2005: 73).

Yaşıl seçimlər, ekoloji ayaq izimizi azaltmaq və daha davamlı bir gələcək yaratmaq üçün əhəmiyyətli bir addımdır. Hər birimizin etdiyi kiçik dəyişikliklər, kollektiv müsbət təsir yarada bilər. Ekosistemlərin qorunması, resursların daha səmərəli istifadəsi və sağlam mühitin yaradılması üçün yaşıl seçimlərə yönəlmək, gələcək nəsillər üçün sağlam bir planetin təminatı deməkdir. Hər birimiz öz ekoloji ayaq izimizi azaltmaq üçün fərdi addımlar ata bilərik. Kiçik dəyişikliklər, uzunmüddətli müsbət nəticələrə yol açar bilər. Eko-dostu seçimlər edərək, daha sağlam bir planet üçün mübarizə aparmaq mümkündür (8).

Ekoloji ayaq izinin yeniliyi, insanların ekosistemlər üzərindəki təsirini daha dəqiq ölçmək və başa düşmək üçün yeni yanaşmaların və metodların inkişafıdır. Bu yanaşmalar arasında:

1. Dijital Alətlər: Mobil tətbiqlər və veb-platfomalar vasitəsilə istifadəçilərin istehlak vərdişlərini izləməsi və analiz etməsi;
2. Veri Analitikası: Böyük verilərin (big data) istifadəsi ilə ekoloji təsirlərin daha dəqiq qiymətləndirilməsi;
3. Eko-sertifikatlar: Davamlı məhsul istehsalını təşviq edən yeni sertifikat sistemləri;
4. Təhsil Proqramları: Ekoloji şüuru artıran yeni təhsil metodları və mühazirələr;
5. Kollektiv İştirak: İcma əsaslı layihələr və tədbirlər vasitəsilə insanların aktiv iştirakını təşviq edən yeni yanaşmalar. Bu yeniliklər, ekoloji ayaq izinin anlayışını genişləndirmək və daha effektiv həll yolları təqdim etmək məqsədini güdür.

COP (Conference of the Parties), Birləşmiş Millətlər Təşkilatının İqlim Dəyişiklikləri üzrə Çərçivə Konvensiyasının (UNFCCC) tərəflər konfransı deməkdir. Bu konfrans iqlim dəyişiklikləri ilə mübarizə, istixana qazlarının azaldılması və ətraf mühitin qorunması məqsədi ilə ölkələrin bir araya gəldiyi ən böyük beynəlxalq toplantıdır. Hər il fərqli bir ölkədə keçirilən COP konfransı, dünya miqyasında əhəmiyyətli qərarların qəbul edildiyi və iqlim siyasətlərinin müəyyənləşdirildiyi əsas platformadır. Azərbaycanın ev sahibliyi edəcəyi COP 29 konfransı, ölkənin iqlim dəyişiklikləri ilə mübarizə sahəsində beynəlxalq səviyyədə daha fəal rol oynamağa hazır olduğunu göstərir. Bu konfrans, Azərbaycan üçün yeni ekoloji və iqtisadi imkanlar yarada bilər. COP29-un Bakıda keçirilməsi qərarı, həm də Azərbaycanın yaşıl enerji siyasətinə qlobal dəstəyi ifadə edir. Buna uyğun olaraq, Azərbaycan Respublikasının Prezidenti İlham Əliyevin Sərəncamı ilə 2024-cü il Azərbaycanda "Yaşıl dünya naminə həmrəylik ili" elan edilib.

**COP29-un Azərbaycana təsiri-** COP29, iqlim dəyişikliyi ilə mübarizə sahəsində beynəlxalq müzakirələrin aparıldığı bir platformadır. Bu konfransın Azərbaycana təsiri bir neçə əsas sahədə özünü göstərə bilər:

1. **Ekoloji siyasət və təşəbbüslər.** COP29, Azərbaycanın ekoloji siyasətlərini yeniləməsi və inkişaf etdirməsi üçün bir imkan yaradır. Beynəlxalq müzakirələr, ölkənin iqlim dəyişiklikləri ilə mübarizə strategiyalarını gücləndirməyə və davamlı inkişaf məqsədilə yeni təşəbbüslər irəlilətməyə təkan verə bilər.

2. **İnvestisiyalar və maliyyə dəstəyi.** Konfrans, yaşıl enerji və dayanıqlı layihələr üçün xarici investisiyaların artırılması baxımından əhəmiyyətli ola bilər. Beynəlxalq donörələr və maliyyə insti-

tutları, iqlim dəyişikliyi ilə mübarizə layihələrinə dəstək verməyə hazır ola bilərlər. Bu, Azərbaycanın enerji müstəqilliyinə və iqtisadi inkişafına müsbət təsir göstərə bilər.

**3. İqlim texnologiyaları.** COP29, Azərbaycanın iqlim texnologiyalarını inkişaf etdirmək və tətbiq etmək üçün beynəlxalq əməkdaşlıq imkanlarını genişləndirə bilər. Yeni yaşıl texnologiyaların gətirilməsi, enerji istehsalı və istehlakında səmərəliliyin artırılmasına kömək edəcək.

**4. Sosial və ictimai faydalar.** İqlim dəyişikliklərinə qarşı mübarizə, Azərbaycan cəmiyyətində ekoloji şüurun artırılmasına səbəb ola bilər. İnsanlar daha dayanıqlı davranışlara yönələcək və ekoloji məsələlərə olan diqqət artacaq.

**5. Regional əməkdaşlıq.** COP29, Azərbaycan üçün regional iqlim siyasətinin formalaşdırılması və qonşu ölkələrlə əməkdaşlığın gücləndirilməsi baxımından da əhəmiyyətlidir. Bu, iqlim problemlərinə qarşı birgə yanaşmaları inkişaf etdirmək üçün bir platforma təmin edir.

COP29-un Azərbaycana təsiri, ekoloji siyasətlərdən başlayaraq iqtisadi və sosial sahələrə qədər geniş bir spektri əhatə edir. Bu konfrans, Azərbaycanın iqlim dəyişikliyi ilə mübarizə sahəsindəki beynəlxalq mövqeyini gücləndirmək, davamlı inkişaf məqsədlərinə çatmaq və gələcək nəsillər üçün sağlam bir mühit yaratmaq üçün kritik bir fürsətdir.

### Nəticə

Ekoloji ayaq izimizi düşünmək və azaltmaq, planetimizin gələcəyini qorumaq üçün kritik bir addımdır. İstehlak vərdişlərimizi yenidən düşünərək, daha davamlı bir həyat tərzinə keçmək, yalnız özümüz üçün deyil, gələcək nəsillər üçün də əhəmiyyətlidir. Hər birimizin kiçik addımları, qlobal ekoloji dəyişikliklərin qarşısını almaqda və daha sağlam bir planet yaratmaqda böyük rol oynaya bilər. Ekoloji ayaq izimizi azaltmaq, sağlam mühitin qorunması və təbii resursların davamlı istifadəsi üçün vacibdir. Bu məqsədlə, fərdi və kollektiv səylərimizi birləşdirərək, daha davamlı bir gələcək yaratmağı hədəfləyirik.

### Ədəbiyyat

1. Abbasova, E. (2005). *İnsan ekologiyası: Bioloji və sosioloji aspektlər*. Elm-Təhsil.
2. Abbasov, M. (2006). *Əsrimizin qlobal ekoloji problemləri*. Elm.
3. Ağakışiyeva, T. (2000). *Müasir ekoloji reallıq şəraitində sosial-iqtisadi inkişafın xüsusiyyətləri*. Elm.
4. Ağayeva, Z. (2000). *Ekoloji siyasət və onun sosial-fəlsəfi aspektləri*. Elm.
5. Əhmədov, Ə. (2006). *Torpağın ekologiyası*. Şirvanəşr.
6. Məmmədov, Q. (2005). *Ekologiya və ətraf mühitin mühafizəsi*. Elm.
7. Mirbabayev, M. (2005). *Hava məkanının ekologiyası*. AzTU.
8. <https://www.carbonfootprint.com>

Daxil oldu: 30.08.2024

Baxışa göndərildi: 11.09.2024

Təsdiq edildi: 18.10.2024

Çap olundu: 30.10.2024