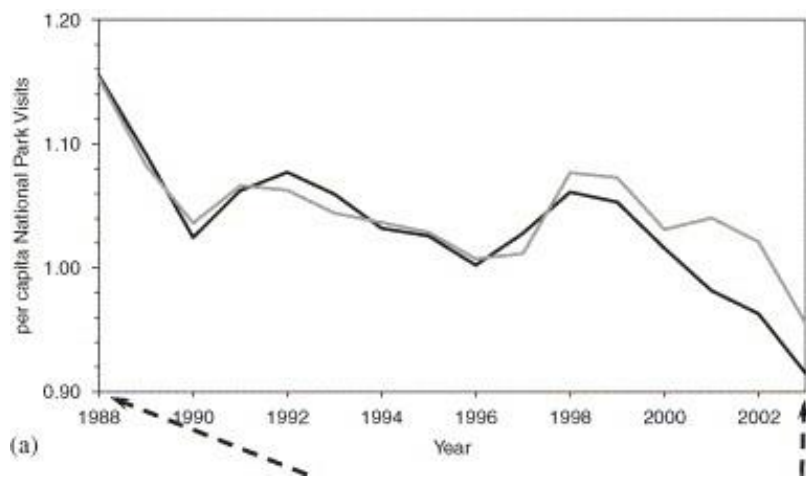


ekopsychologie

Vztah k přírodě a životnímu prostředí
PhDr. Jan Krajhanzl, Ph.D.
19. listopadu 2020

1



Pergram, Zaradic (USA, 2006)

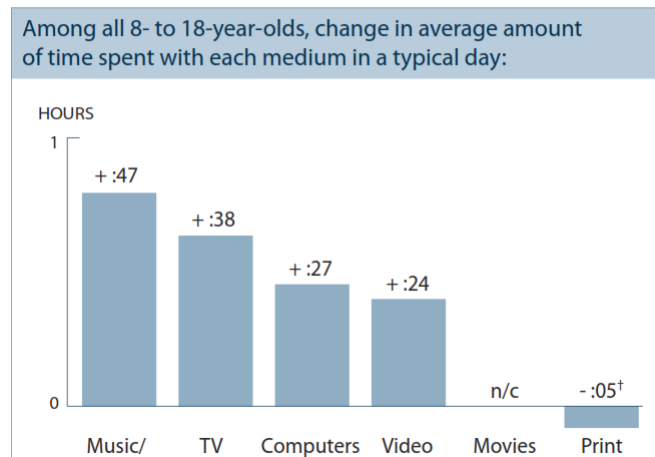
2

Among all 8- to 18-year-olds, average amount of time spent with each medium in a typical day:			
	2009	2004	1999
TV content	4:29 ^a	3:51 ^b	3:47 ^b
Music/audio	2:31 ^a	1:44 ^b	1:48 ^b
Computer	1:29 ^a	1:02 ^b	:27 ^c
Video games	1:13 ^a	:49 ^b	:26 ^c
Print	:38 ^a	:43 ^{ab}	:43 ^b
Movies	:25 ^a	:25 ^{ab}	:18 ^b
TOTAL MEDIA EXPOSURE	10:45^a	8:33^b	7:29^c
Multitasking proportion	29% ^a	26% ^a	16% ^b
TOTAL MEDIA USE	7:38^a	6:21^b	6:19^b

Kaiser Family Foundation (USA, 2010)

3

Changes in Media Use, 2004–2009



Kaiser Family Foundation (USA, 2010)

4

Test - osm kritérií pro diagnostikování závislost na internetu

Otázky se týkají posledních 6 měsíců. Odpověď "ano" na pět nebo více otázek, může znamenat, že trpíte závislostí na internetu.

- Máte pocit zaujetí pro internet? (myšlenky na předchozí online aktivity nebo těšení se na další připojení/využití internetu)
- Máte pocit, že musíte používat internet stále častěji, abyste dosáhli spokojenosti?
- Snažili jste se již někdy kontrolovat, omezit nebo zastavit používání internetu?
- Máte pocit nekľidu, náladovosti, deprese či podrážděnosti při pokusech omezit nebo zastavit používání internetu?
- Máte pocit, že často zůstáváte on-line déle, než jste původně zamýšleli?
- Riskovali jste někdy ztrátu či ohrožení významných vztahů, zaměstnání, vzdělání nebo profesních příležitostí, protože jste na internetu?
- Už jste o délce připojení řekli rodinným příslušníkům, terapeutům, nebo jste jinak zakrývali rozsah připojení k internetu?
- Myslíte si, že často používáte internet jako způsob úniku od problémů nebo zmírnění nepříjemných nálad (např. pocity bezmocnosti, viny, úzkosti, deprese)?

www.netaddiction.com, překlad Koreš, Pešek

5

média: psychologické důsledky / rizika

- › závislost (addiction: technological, digital, screen computer)
- › zdraví
- › pozornost
- › studijní výkon
- › komunikace
- › násilí

6

From Anna Tabaskova

www.facebook.com/TPSremizek

<https://www.facebook.com/TPSremizek/posts/154497953085599> (post kde se představuji :))



chat

From Tereza Hotová

doporučuju skvělý film Naprostí cizinci - hezky přibližuje tohle téma, jak s námi mobily a technologie žijí a ovlivňují životy :)

<https://www.csfd.cz/film/425502-naprosti-cizinci/komentare/>

From Silvia Pezzato

ještě jsem se na ten film nepodívala, ale spojený s tímto tématem je také italský film Youtopia, o holce, která prodá své panenství na netu

From Anna Tabaskova

Ještě na Jednom světě teď byl film Lepší profil, náhled do komunitu "influencerů". Myslím, že pravděpodobně v budoucnu na dafilms či promitejity. :)

From Kristýna Kozelková

Na našem táboře se na začátku našťěstí i do ted telefony odeberou a děti na to jsou zvyklé :D

From Kristína Adamovská

jo aj u nás, ale často je to problém od rodičov

že si to vyžadujú a sú schopní po to dieťa prísť a také šialenosti

From Kika

<https://www.csfd.cz/film/320454-sword-art-online/komentare/>

7

epilog

8

další témata v této oblasti

- › vlastnosti obnovujícího prostředí
- › děti a příroda (studie)
- › vztah ke zvířatům (Iveta Šedová)
- › psychologické přínosy zahradničení
- › substituce virtuální „přírodou“
- › wilderness therapy
- › hluk prostředí, přelidnění
- › vnímání městského prostředí
- › psychologické dopady znečištění prostředí

9

témata do budoucna

- › specifikace přírodního prostředí při výzkumu působení prostředí na člověka
- › metaanalýzy přínosů kontaktu s venkovním prostředím
- › neurovědy a vliv médií na lidské prožívání a chování
- › děti a příroda: nejen kvalitativní výzkum (rozhovory a pozorování), ale více kvantitativního
- › děti a divoká zvířata
- › prožívání divočiny z hlediska emocí
- › vazba mezi kontaktem s přírodou a prosociálností

10

FSS MU: Literatura z oboru ekopsychologie a dalších spřízněných disciplín ☆

Soubor Upravit Zobrazit Vložit Formát Data Nástroje Doplnky Nápověda Všechny změny uloženy na Disku

	A	B	C	D	E
1	autor	rok vydání	název	klíčová témata	dostupnost
19	Whitmarsh, O'Neill, Lorenzoni	2010	Engaging the Public with Climate Change: Behaviour Change and Communication	climate change in social sciences	dlouhodobá JK
20	Beattie	2010	Why Aren't We Saving the Planet?: A Psychologist's Perspective	conservation psychology	Peřf MU měsíční výpůjčka
21	Clayton, Myers	2015	Conservation Psychology: Understanding and promoting human care for nature	conservation psychology	dlouhodobá JK
22	Clayton, Myers	2009	Conservation Psychology: Understanding and promoting human care for nature	conservation psychology	FSS knihovna prezenční
23	Clayton, Opatow	2003	Identity and the Natural Environment: The Psychological Significance of Nature*	conservation psychology	FSS knihovna prezenční
24	Corral-Verdugo, Garcia-Cadena, Frias-Armenta	2010	Psychological Approaches to Sustainability: Current Trends in Theory, Research and Applications	conservation psychology	FSS on-line: http://site.ebrary.com/lib/masaryk/
25	Gardner, Stern	2002	Environmental Problems and Human Behavior	conservation psychology	dlouhodobá JK
26	Krajhanzl	2014	Psychologie vztahu k přírodě a životnímu prostředí	conservation psychology	FSS knihovna prezenční + měsíční výpůjčka
27	Nickerson	2003	Psychology and Environmental Change*	conservation psychology	ústní domluva
28	Scott, Amel, Koger, Manning	2016	Psychology for Sustainability, 4th edition	conservation psychology	dlouhodobá JK
29	Winter, Koger	2010	The Psychology of Environmental Problems: Psychology for Sustainability (3rd edition)	conservation psychology	dlouhodobá JK

tip

[www.bit.ly/epsy literatura](http://www.bit.ly/epsy_literatura)

11



12

jaká jsou specifika env. problémů?

- › průběžné / pomalé a dlouhodobé + časově a geograficky vzdálené
- › globální (často mají velký rozsah)
- › vysoká komplexita (spletité příčiny a mnohočetné důsledky)
- › ... s tím související vysoká nejistota
- › způsobené člověkem nebo nejednoznačného původu (agregované chování) – potřeba aktivity mnoha lidí
- › ti, kteří využívají výhod, jsou ne vždy obětí dopadů
- › náklady teď, rizika později
- › zprostředkované / rámované médi / sociálně konstruované + zpolitizované

13

New Ecological Paradigm (NEP)

- › Dunlap, R.E. a Van Liere, K.D. (1978) The New Environmental Paradigm: A Proposed Measuring Instrument and Preliminary Results. Journal of Environmental Education, 9, 10-19.
- › Dunlap, R. E., Van Liere, K.D., Mertig, A.G. a Jones, R.E. (2000) Measuring Endorsement of the New Ecological Paradigm: a Revised NEP Scale. The Journal of Social Issues, 56, 3, 425-42.

14

New Ecological Paradigm (NEP)

Nyní bychom se vás rádi zeptali na váš názor na různá environmentální témata. U každého tvrzení prosím uveďte, do jaké míry s uvedeným souhlasíte či nesouhlasíte.
Silně souhlasím (1) - silně nesouhlasím (5).

1. Počet obyvatel se blíží limitu, který může země uživit.
2. Lidé mají právo upravovat přírodní prostředí tak, aby vyhovovalo jejich potřebám.
3. Když lidé zasahují do přírody, často to vede ke katastrofálním následkům.
4. Lidská vynalézavost zabezpečí, že neuděláme zemi neobyvatelnou.
5. Lidé vážně zneužívají přírodní prostředí.
6. Země má množství přírodních zdrojů, musíme se jen naučit, jak je využívat.
7. Rostliny a zvířata mají stejné právo na existenci jako člověk.
8. Přírodní rovnováha je tak silná, že může zvládnout dopady činnosti moderních industriálních společností.
9. Lidé - i přes své speciální schopnosti a dovednosti - podléhají stále zákonům přírody.
10. Důsledky tzv. „ekologické krize“ se silně přehání.
11. Země má pouze omezený prostor a omezené zdroje.
12. Lidé jsou určeni k tomu, aby vládli ostatní přírodě.
13. Přírodní rovnováha je velice křehká a může být velice snadno porušena.
14. Lidé nakonec pochopí, jak svět přírody funguje a budou ho schopni mít pod kontrolou.
15. Pokud vše bude pokračovat současným směrem, brzy se dočkáme velké ekologické katastrofy.

The Reality of Limits to Growth / The Antianthropocentricism / The Fragility of Nature's Balance / The Rejection of Exemptionalism / The Possibility of Ecocrisis

15

informace
 znalosti
 vědomosti

chování

16



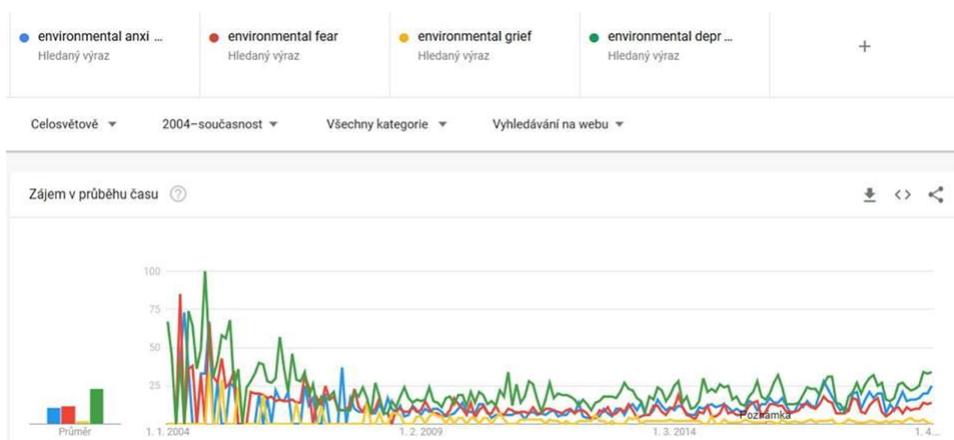
17

dynamicky
orientované
přístupy
(emoce a obrany)

18

environmentální strach
 environmentální úzkost
 environmentální deprese
 environmentální žal
 environmentální stres
 pocity viny
 pocity bezmoci
 zelená únava / zelená vyhoření

19



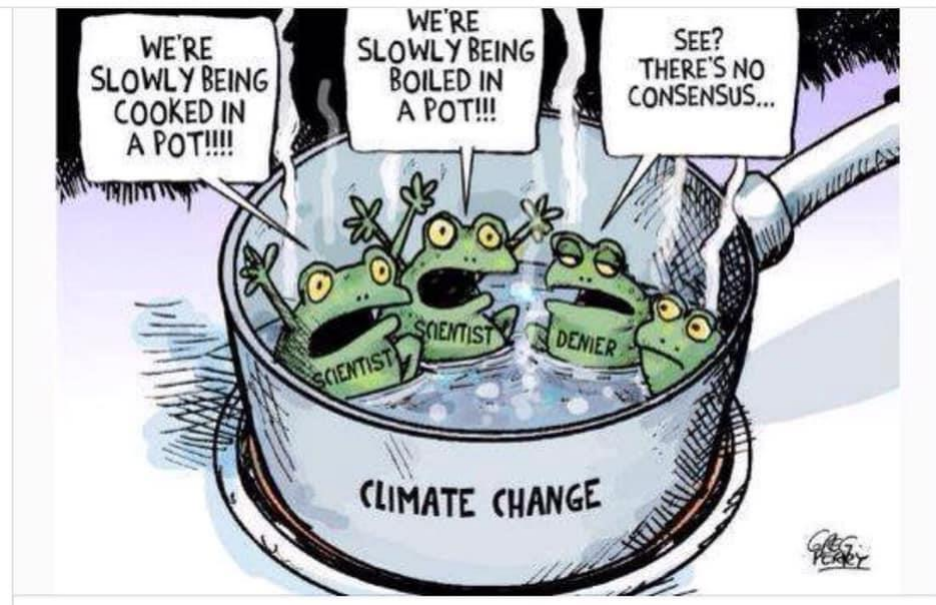
20



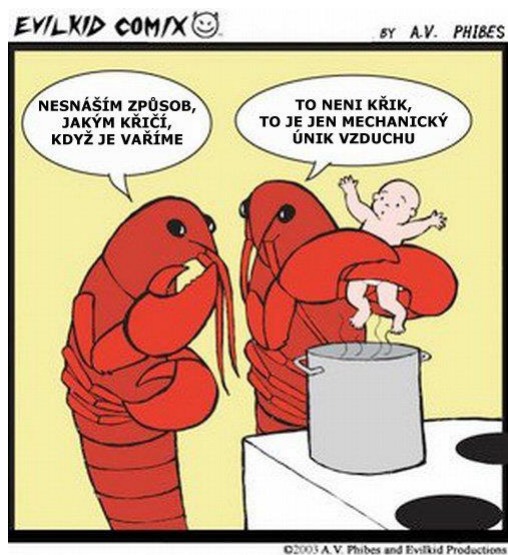
21



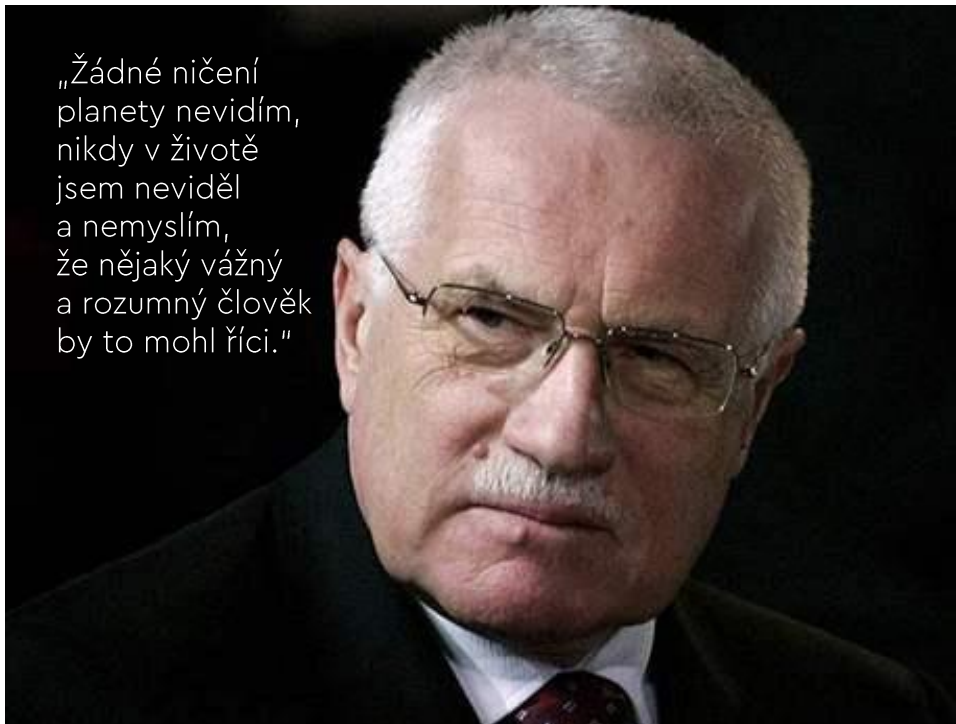
22



23



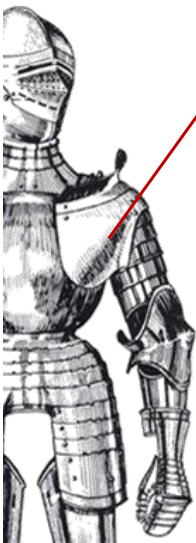
24



25

obranné mechanismy ega

obranu ega



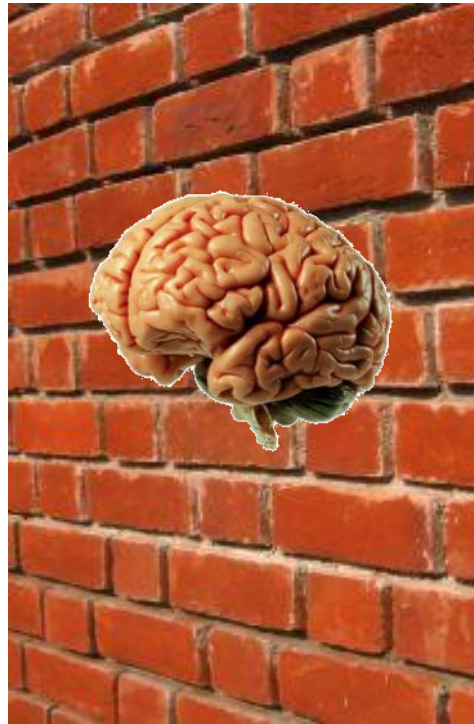
Anna Freudová
(1895 - 1982)



26



27



28



„Oč vyšší podíl naší energie spotřebujeme na obranné mechanismy, o to méně jí zbude na tvořivost, spontaneitu a na realistické řešení problémů.“

D. Winter, S. Koger (2009)

29

co se může objevit v závěrečné písemce?

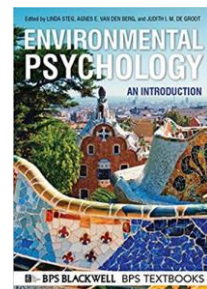
- › PROČ (NE)BÝT U OBRAZOVEK? čas trávený u médií a jeho psychologické důsledky (včetně pozornosti), závislosti spojené s médii
- › PROBLÉMY ŽIVOTNÍHO PROSTŘEDÍ – JAK JE LIDÉ VNÍMAJÍ? vnímání rizik a specifika vnímání environmentálních problémů, New Ecological / Environmental Paradigm; Dynamicky orientované přístupy ke vnímání env. problémů, obrany: jak vznikají, jak se projevují

30

zážitkový (sebe)experiment na příště

- › Můžete si opět vybrat podle své chuti za dvou zadání. Své odpovědi prosím pošlete **nejpozději do pondělí 30. listopadu**. Anonymizované odpovědi opět další den nasdílím do ISu.
- › V obou případech určitě stojí za to si najít klidnou chvíli, kdy jste sami a nikdo/nic vás neruší, kdy prostě budete mít třeba aspoň hodinku na hlubší zamyšlení.
- › Můžete si zvolit jednu ze dvou možností:
 - › **varianta A: Osobní pocity**, prosím zamyslete se a sdílejte své odpovědi **zde**.
 - › **varianta B: Pocity druhých**, prosím zamyslete se a sdílejte své odpovědi **zde**.

31



čtenba na příště

- › důkladně si nastudovat kapitolu z knížky Jak kultura utváří diskusi o změně klimatu: [Sociální psychologie a debata o klimatické změně](#) a kapitolu z učebnice Environmental Psychology: An Introduction (Steg et al., 2013): [Measuring environmental behavior](#)

32