

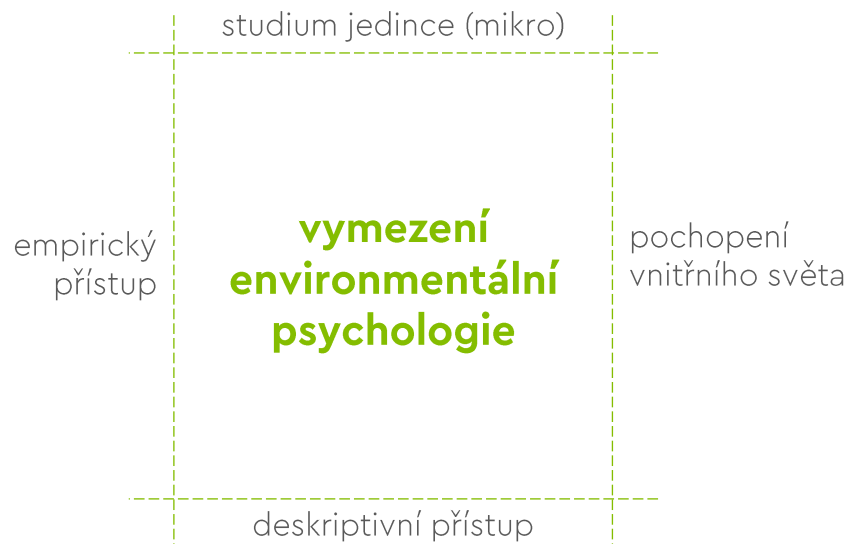


1

## environmentální psychologie

ecopsychology  
conservation psychology

2

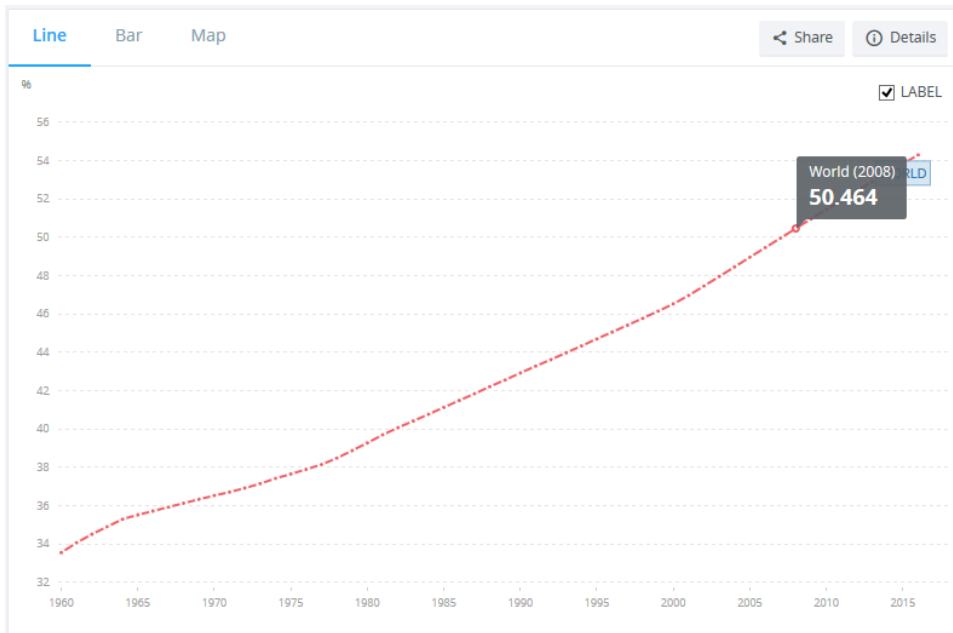


3

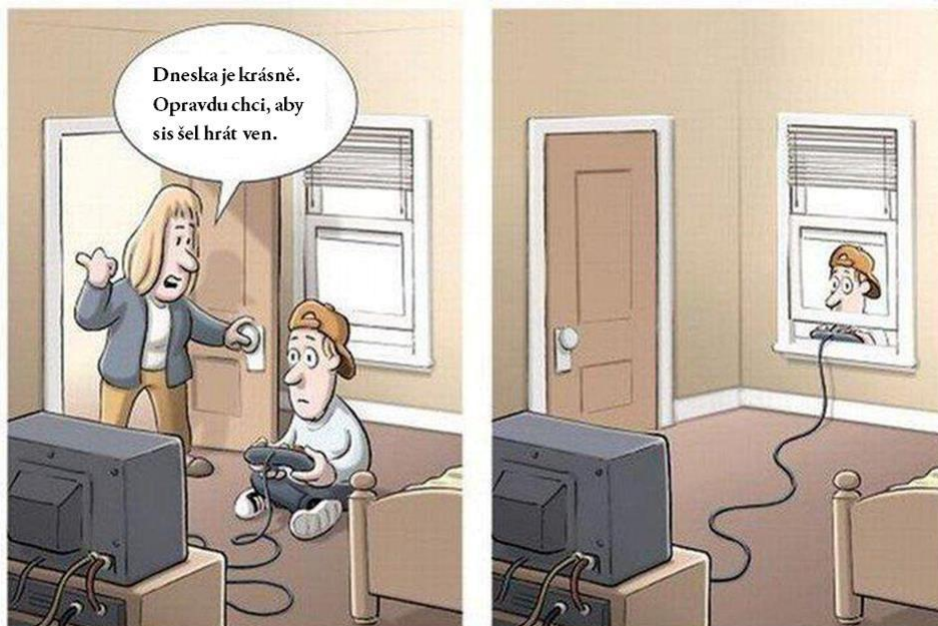
prolog:  
hnutí za kontakt  
s přírodou

4

## vývoj urbanizace od roku 1960



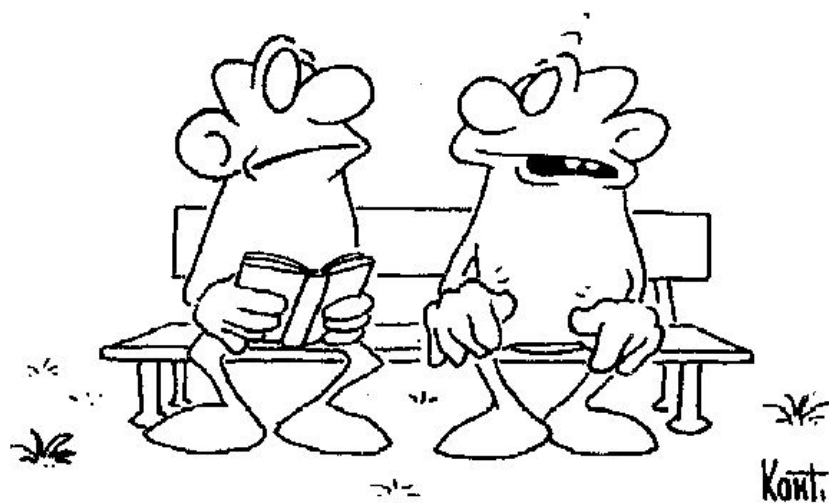
5



6



7



8



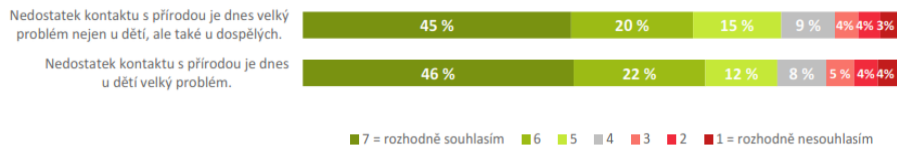
MĚL JSEM NEVESELE DĚTSTVÍ. ČASTO ANI NA PŘÍPOJENÍ K INTERNETU NEBYLO.

9



NEMÁM NIC PROTI STEZCE ODVAHY, ALE JÍT MIMO DOSAH WIFINY JE UŽ TROCHU MOC...

10



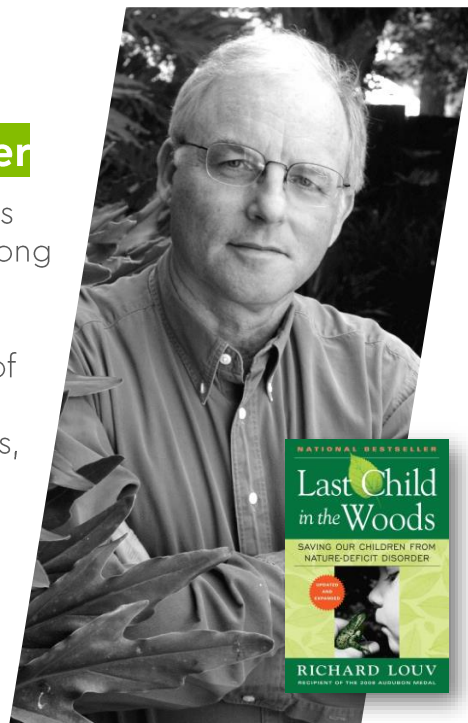
České děti venku (2016)

11

## nature-deficit disorder

„... describes the human costs of alienation from nature, among them: diminished use of the senses, attention difficulties, and higher rates of physical and emotional illnesses, (...), high crime rates, depression, and other urban maladies.”

**Richard Louv**



12



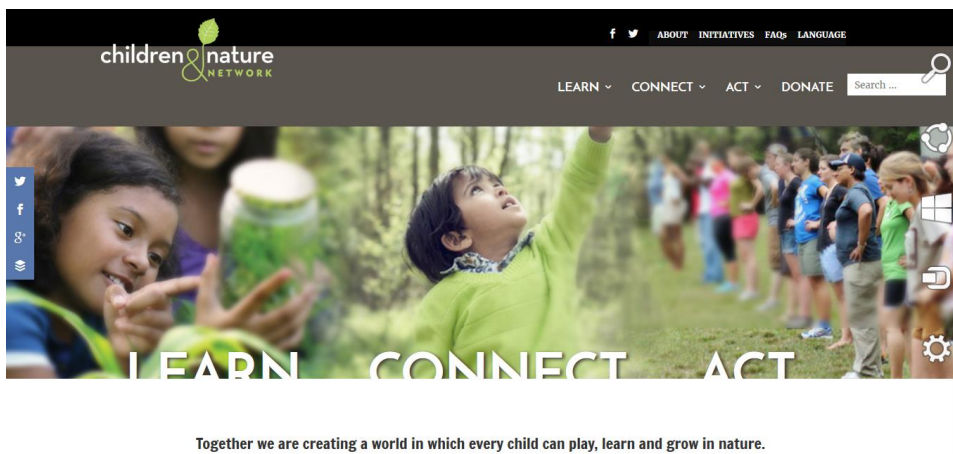
**▶ PLAY AGAIN** What are the consequences of a childhood removed from nature?

[bit.ly/playagain2010](https://bit.ly/playagain2010)

13

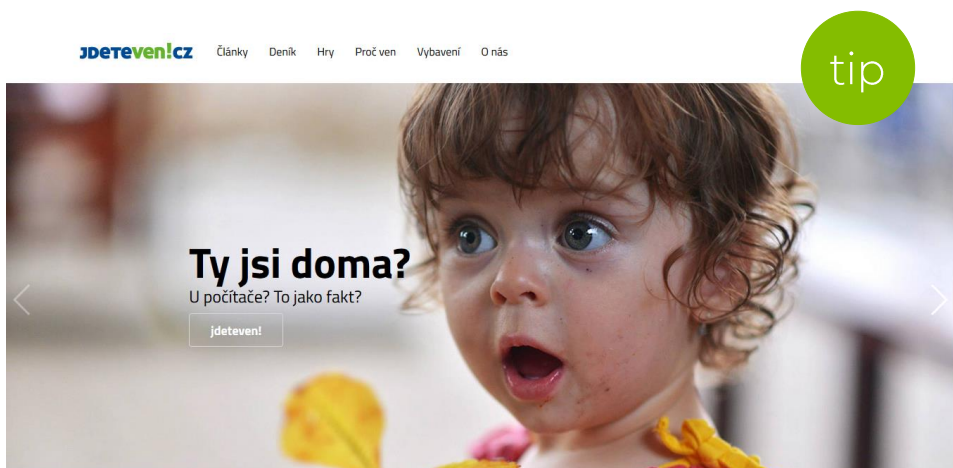


14



[www.childrenandnature.org](http://www.childrenandnature.org)

15



[www.jdeteven.cz](http://www.jdeteven.cz)

16



tip

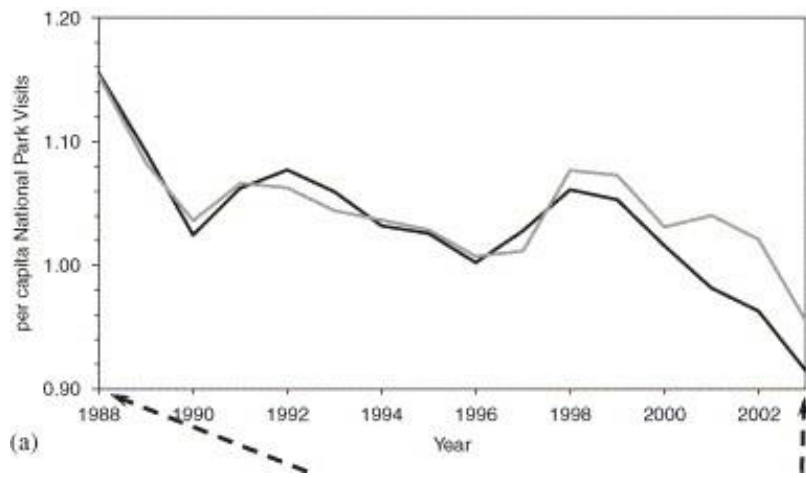


[www.svobodnahra.cz](http://www.svobodnahra.cz)

17

jsou dnes lidé  
méně venku  
?

18



Pergram, Zaradic (USA, 2006)

19

proč být  
venku  
?

20

## metodologické „varování“

- › **korelace neznamená kauzalitu...**  
(sociodemografické vlivy)
- › **korelace: co bylo dřív - vejce nebo slepice?**  
(problémové děti u tv)
- › **více faktorů**  
(obezita, kriminalita ad.)
- › **co bylo vlastně testováno?**  
(jaké prostředí? jaký druh kontaktu s venkovním prostředí?  
organizovaná vs. neorganizovaná? kde je problém – sedací  
aktivita, virtuální prostředí, nekontakt s přírodními prvky?)
- › **ptali jsme se lidí, co je pro ně důležité...**  
(significant life experiences – SLE)

21



22



## adaptace na přírodní podmínky

23



24

adaptace  
na přírodní  
podmínky

zkušenosti  
s přírodou



25



**motorika**  
**kondice**

26



## snižování stresu

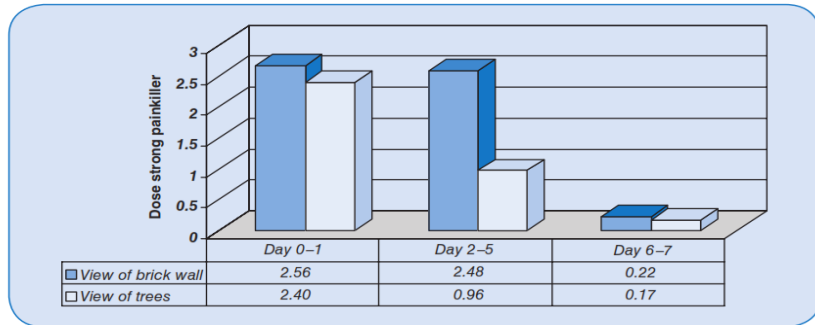
27



### STRESS RECOVERY THEORY Teorie snížení stresu

Roger Ulrich (1984)  
Roger Ulrich et al. (1991)

28



**Figure 5.1** Intake of doses of strong painkillers among patients recovering from gallbladder surgery in rooms with a view of nature or a view of a brick wall.  
Adapted from Ulrich (1984).

29

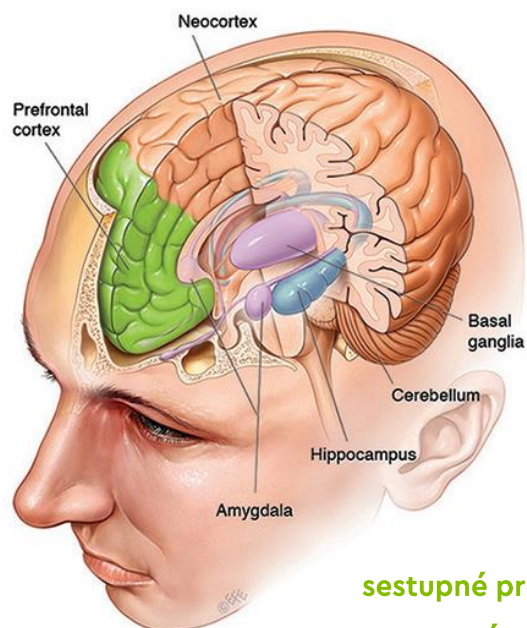


**snižování  
kognitivní  
únavy**

30



31

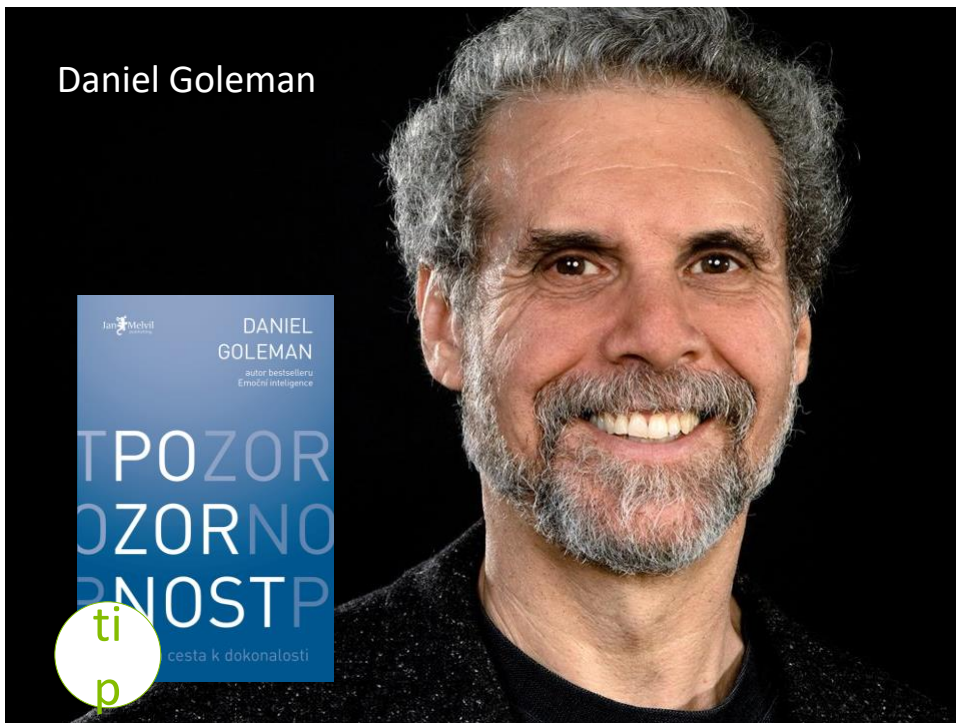


**sestupné procesy** (top-bottom)

**vzestupné procesy** (bottom-up)

32





33



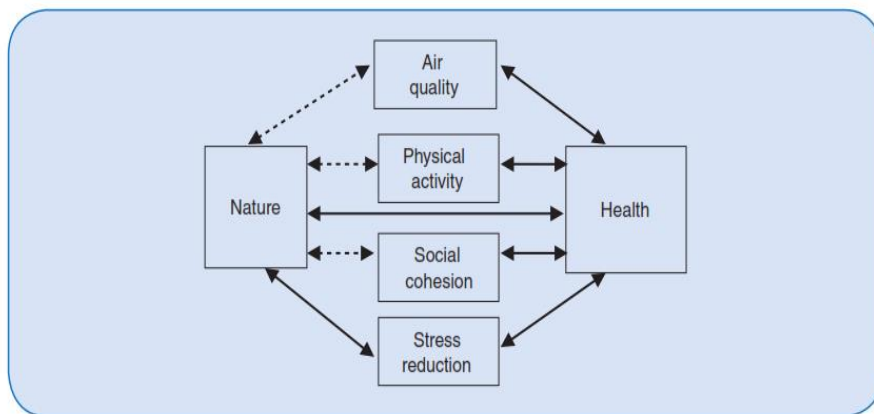
**zdraví**

34

## empiricky potvrzené přínosy pro zdraví

- › lepší imunita
- › méně obezity
- › lepší kondice
- › méně bolesti zad
- › méně migrén
- › méně zánětů horních cest dýchacích
- › lepší stav kardiovaskulární soustavy
- › prevence astmatu
- › hladina cukru v krvi diabetiků
- › prevence krátkozrakosti
- › vyšší věk dožití

35



**Figure 5.2** Schematic representation of relationships among nature, health, and underlying mechanisms. Solid lines represent established relationships; dashed lines represent weaker or inconsistent relationships.

+ vitamín D + mikroorganismy

36



37



potřeba kontaktu s přírodou?

estetický postoj k přírodě?



etický postoj k přírodě?



environmentální vědomí?

38

## PŘÍNOSY kontaktu s přírodou

### primární

prospívá zdraví  
rozvíjí motoriku  
adaptuje na přírodní podmínky  
snižuje stres  
snižuje kogn. únavu, zlepšuje pozornost

### podmíněné aktivitou

rozvíjí kooperativnost  
posiluje víru ve vlastní schopnosti (self-efficacy)  
podporuje introspekce  
podporuje duchovní zážitky

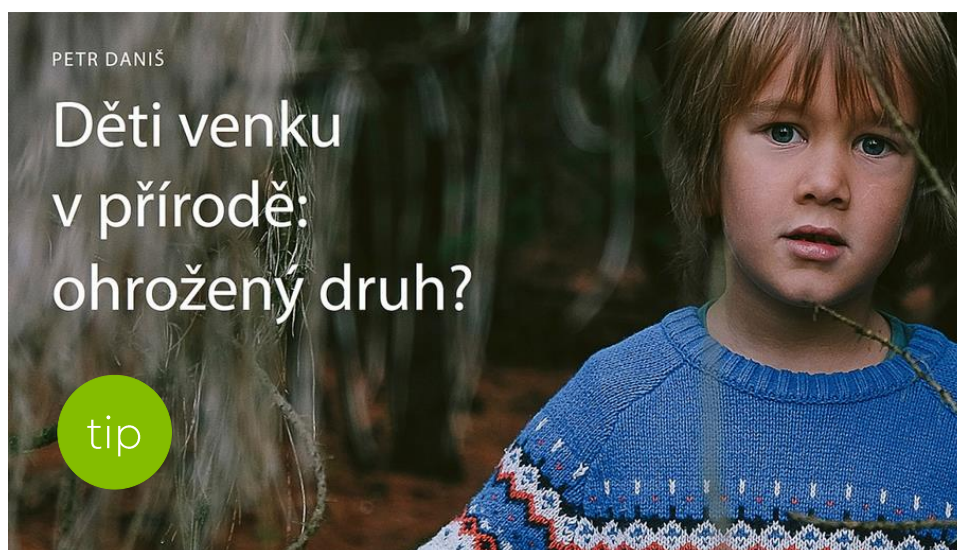
### sekundární

zlepšuje studijních výsledky  
zlepšuje náladu  
snižuje symptomy ADHD  
snižuje podrážděnost a agresivitu  
zvyšuje sebekontrolu (odklad potěšení)  
snižuje deprese a úzkosti  
podporuje kreativitu  
pomáhá řešit životní problémy  
snižuje kriminalitu  
předchází drogové závislosti  
podporuje prosociální chování

### podmíněné socializací

rozvíjí potřebu kontaktu s přírodou  
rozvíjí estetický postoj k přírodě  
rozvíjí etický postoj k přírodě  
rozvíjí environmentální vědomí

39



[www.terezanet.cz/detail/cz/deti-venku-v-prirode-ohrozeny-druh](http://www.terezanet.cz/detail/cz/deti-venku-v-prirode-ohrozeny-druh)

40

## další témata v této oblasti

- › psychologické dopady digitálních médií
- › 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

41

## 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

42

	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: <a href="http://site.ebrary.com/lib/masaryk/">http://site.ebrary.com/lib/masaryk/</a>
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)

43



## Český portál ekopsychologie

O vztahu k přírodě a životnímu prostředí

Čítárna | Zajímavosti | Orientace v oboru | Vzdělávání
Newsletter | O nás

vyhledávání

**Ochrana divoké přírody očima české veřejnosti 2015**

Jan Krajhanzl, Jan Skalák, Ondřej Špaček, Tomáš Chabálek, Karol Čáda, Zdeněk Lechnerová, Renata Svobodová | 8. 8. 2015 | Studie >

Výzkum Katedry environmentálních studií FSS MU jako první šetření svého druhu přibližuje, jaký je vztah Čechů k divoké přírodě, jaký postoj mají k divokým šelmám či jak vnímají rozšiřování české divočiny.

[celý článek >](#) [o komentáři >](#)



**Kontakt s přírodou**

**Proč lidé (ne)chrání?**

**Komunikace s veřejností**

**Věda a výzkum**



**Vyšlo nové "zelené" číslo Sociálních studií!**

Jan Krajhanzl | 6. 1. 2016 | [Doporučujeme >](#)

Přístupy (pohledy) zaměřené na chování v oblasti environmentalismu, tak by se dal přeložit podtitul před Vánoce vydaného anglického čísla Sociálních studií 2015/3.

aktivismus conservation psychology  
Česká republika děti divočina  
dotazník ekonomie ekopedagogika  
emoce environmentální psychologie  
estetika filosofie identita klima krajina

[www.ekopsychologie.cz](http://www.ekopsychologie.cz)

44

[jan.krajhanzl@mail.muni.com](mailto:jan.krajhanzl@mail.muni.com)