

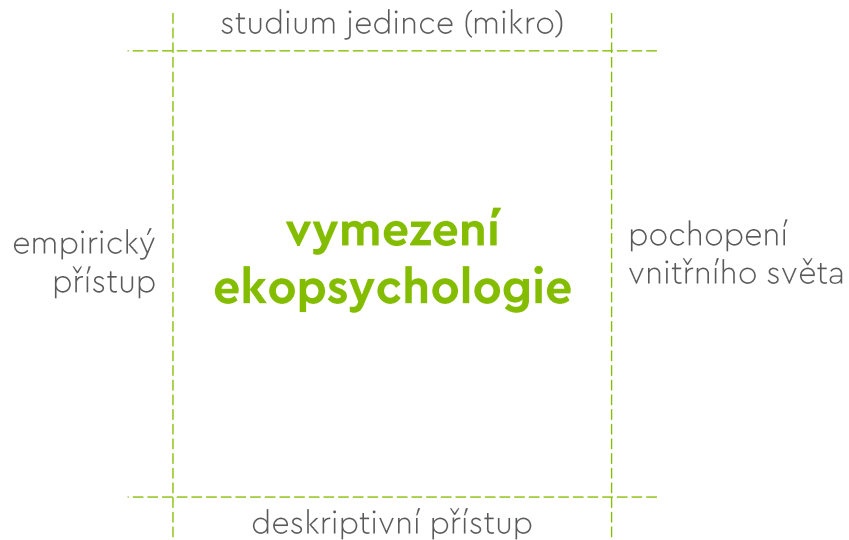


1

ekopsychologie

Ekopsychologie je vědecký obor, který studuje lidské prožívání a chování ve vztahu k přírodě, krajině a životnímu prostředí.

2



3

1-2

Čas venku, v divočině a u obrazovek

– jak nás ovlivňuje?

2-3

Problémy životního prostředí

– jak je lidé vnímají?

3-5

Životní prostředí

– proč ho lidé (ne)chrání?

5

Vztah k přírodě a životnímu prostředí

– jak se lidé liší?

„Zelené“ psychologie

– čím dalším se zabývají?

4

domácí příprava

sebexperimenty
+ četba / minitesty

závěrečný test

12. prosince

5

A = 85-100

B = 75-84

C = 65-74

D = 55-64

E = 45-54

F = 0-44

splnění úkolu včas 4-8 b.
max. 32 b.

minitesty 0-8 b.
max. 32 b.

závěrečný test 7. prosince
min. 36 b.

6

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

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

Kč % 0,00 123 Arial 10 B I A

	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	Peďf 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

www.bit.ly/epsy_literatura

7

2050 INSTITUT

Expertiza Kontakt   SK

Specializujeme se na výzkumy a komunikační strategie, které pomáhají stavět mosty k lidem, snižovat emise a chránit přírodu.



www.institut2050.cz

8

on-line konzultace

po předchozí e-mailové domluvě

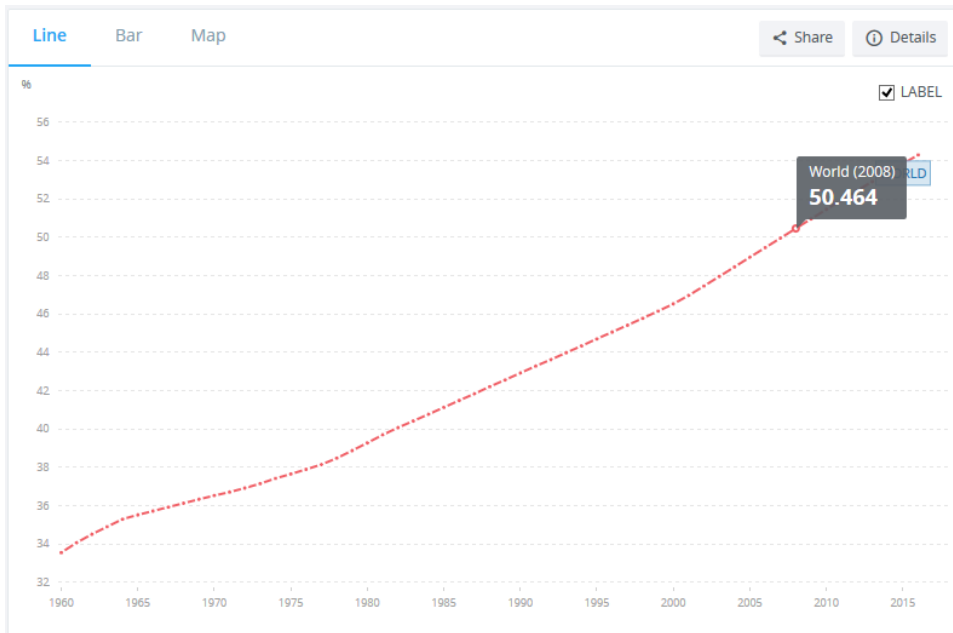
jan.krajhanzl@mail.muni.com

9

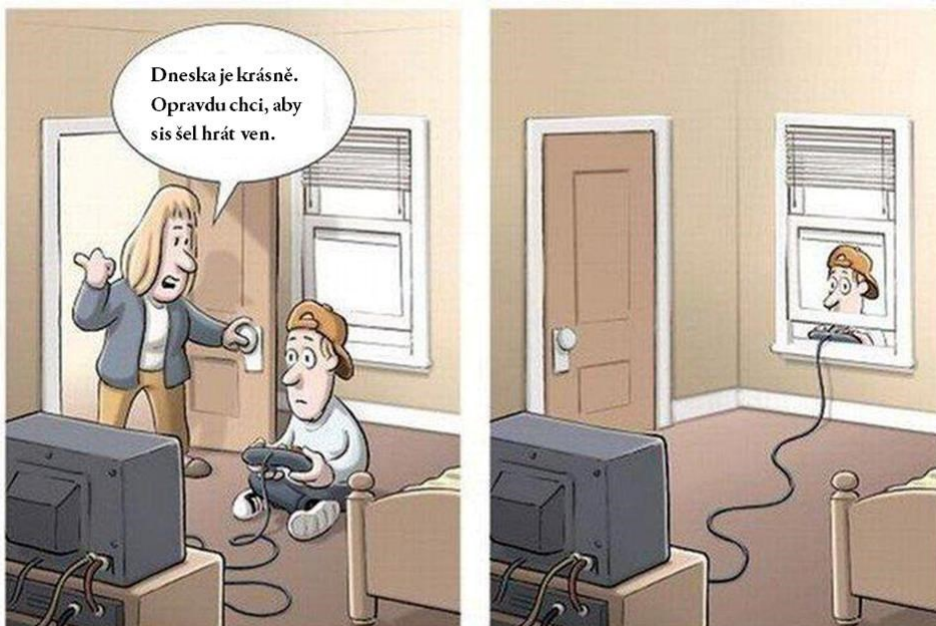


10

vývoj urbanizace od roku 1960



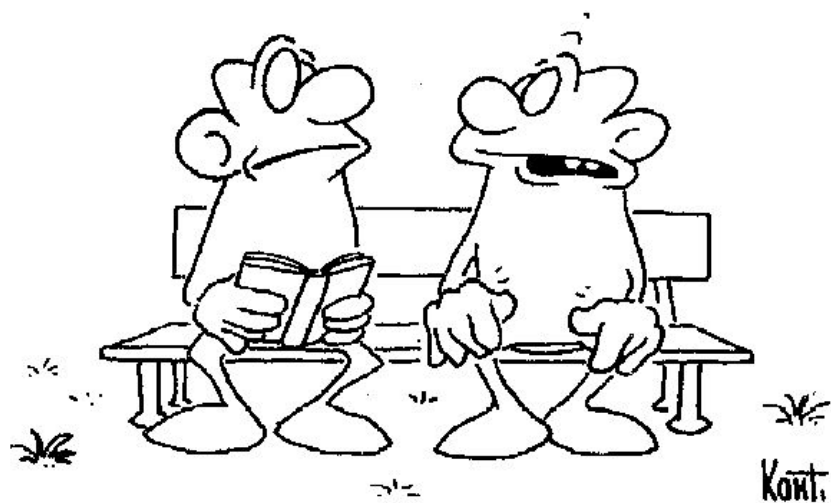
11



12



13



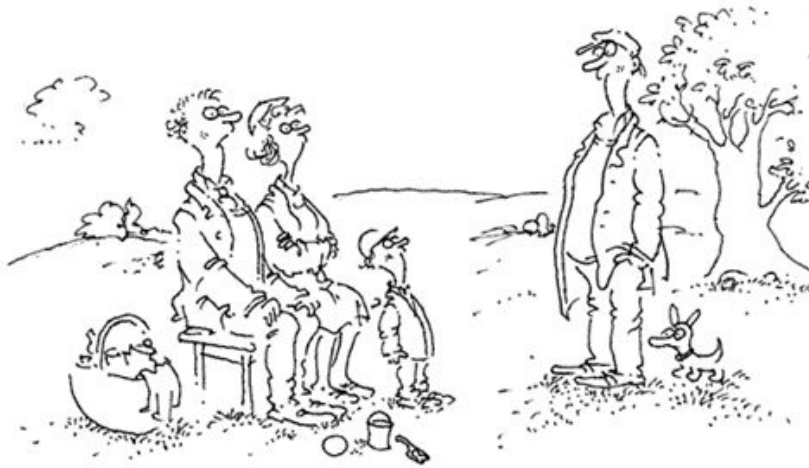
„Tak bych se šel projít do lesa, ale nechce se mi.“

14



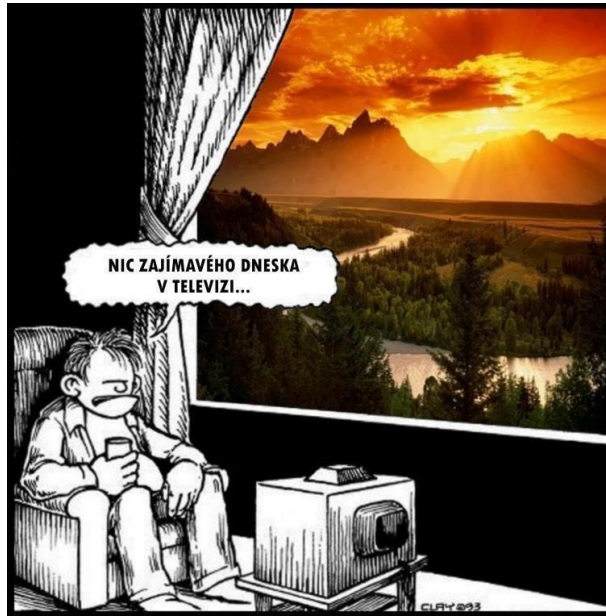
MĚL JSEM NEVESELÉ DĚTSTVÍ. ČASTO ANI NA PŘIPOJENÍ K INTERNETU NEBYLO.

15



DO PŘÍRODY UŽ VYCHÁZÍME MÁLOKDY. MÁME JI DOMA NA INTERNETU.

16



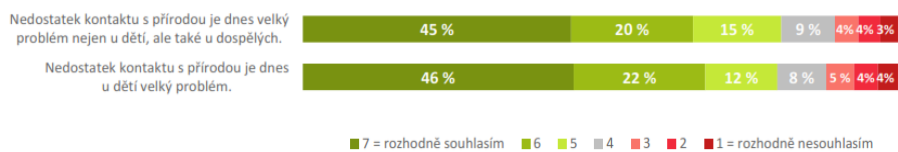
17



18



19



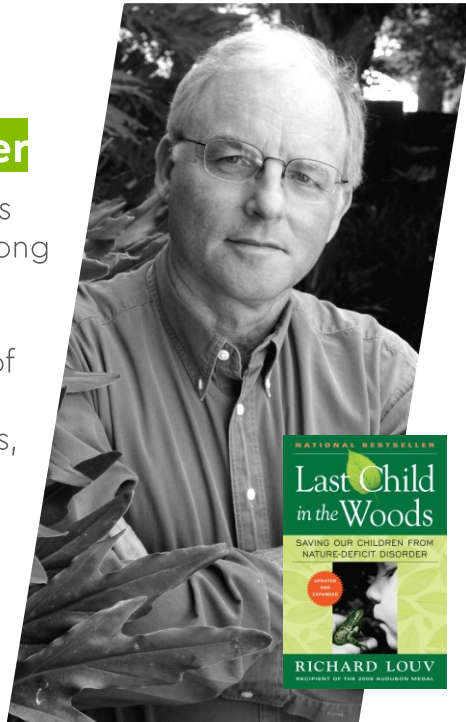
České děti venku (2016)

20

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



21

„Příroda nabízí sice všude, všem a zdarma. Jenže tak často marně, protože nahluchlým šeptá, barvoslepým maluje, bezcité hladí. Nepoužívá billboardů a reklamy v televizi. Zkrátka neumí to s naší technickou, ale biologicky zastydlou generací.“

Emilie Strejčková

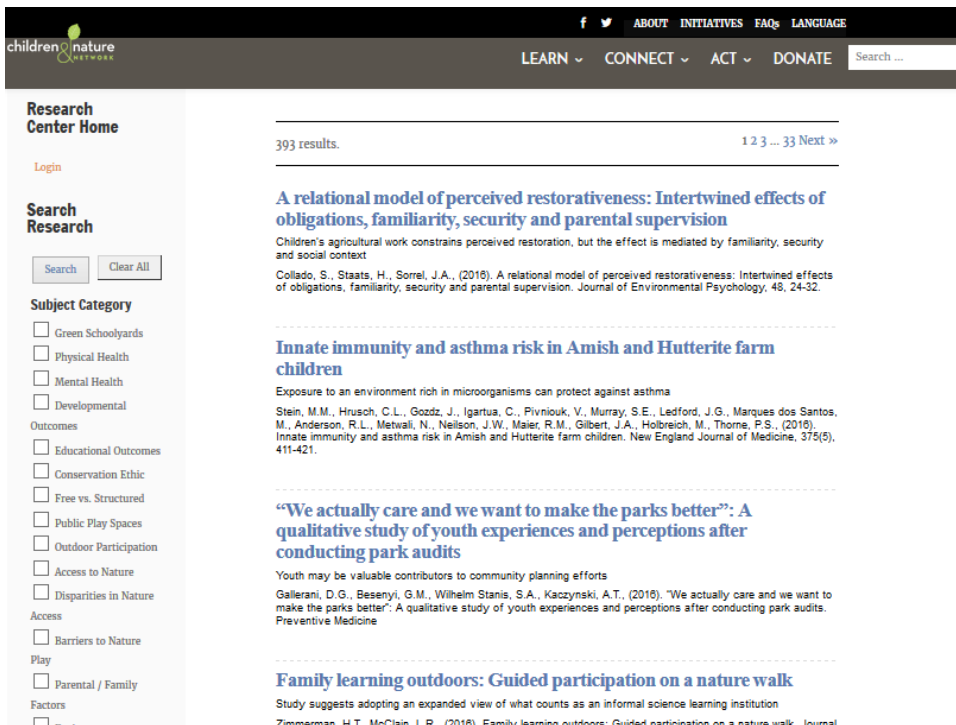


22



www.childrenandnature.org

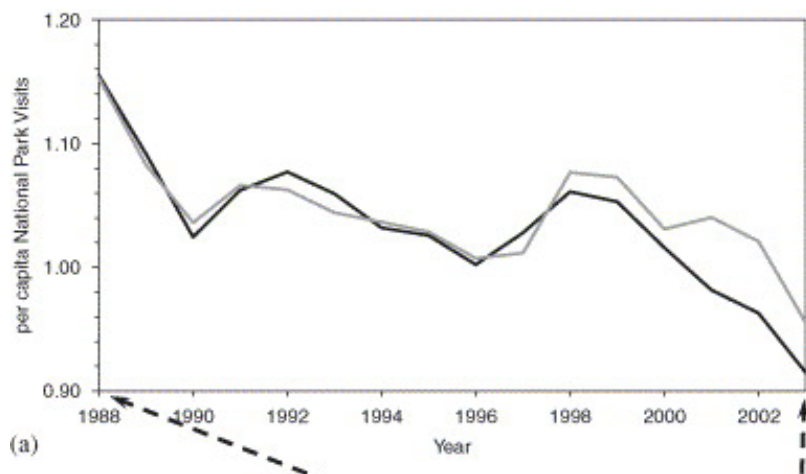
23



24

jsou dnes lidé méně venku ?

25



Pergram, Zaradic (USA, 2006)

26

Autor studie	Název studie	Složení zkoumaného vzorku a jeho velikost	Národní reprezentativnost	Metoda sběru dat	Metoda analýzy dat	Dostupnost znení dotazníku / klíčových sčítaných otázek	Trend
VÝZKUMY Z DIVOČINY (angl. wildland/wilderness)							
Pergams a Zaradic (2006) *	<i>Is love of nature in the US becoming love of electronic media? 16-year downward trend in national park visits explained by watching movies, playing video games, internet use, and oil prices?</i> (česky: Dochází v USA k přechodu od lásky k přírodě k lásce k elektronickým médiím? 16 letý klesající trend v návštěvnosti národních parků zřetelný sledováním TV, hraním videoher, užíváním internetu a cenami ropy)	dospělí a děti nespécifikované věkové kategorie, kteří navštívili národní parky USA	ano	práce s již existujícími daty	korelační analýza a více násobná lineární regrese	ne	úbytek návštěvnosti národních parků USA po roce 1988
Pergams a Zaradic (2008) *	<i>Evidence for a Fundamental and Persistent Shift Away from Nature-Based Recreation</i> (česky: Důkaz svědčící o fundamentálním odklonu od rekreace v přírodě)	dospělí a děti nespécifikované věkové kategorie, kteří navštívili národní parky přírodní místa nebo se účastnili aktivit v divoké přírodě v USA, Japonsku a Španělsku	ne	práce s již existujícími daty	porovnání nominálních dat o návštěvnosti a účasti na aktivitách	ne	úbytek návštěvnosti a účasti na aktivitách v jednotlivých zemích v rozdílných letech
Bainford a kol. (2009) *	<i>A Global Perspective on Trends in Nature-Based Tourism</i> (česky: Globální pohled na trendy v turistice provázaných s přírodou)	dospělí a děti nespécifikované věkové kategorie, kteří navštívili chráněné přírodní rezervace v Austrálii, Kanádě, Číně, Ekvádoru, Ghaně, Indii, Indonésii, Japonsku, Koreji, Madagaskaru, Peru, Filipínách, Rwandě, Jižní Africe, Sri Lance, Tanzanii, Ugandě, Velké Británii a USA	ano	práce s již existujícími daty	porovnání nominálních dat o návštěvnosti vybraných míst divoké přírody	ne	úvěšlý chráněných přírodních oblastí stoupající návštěvnost v rozmezí let 1992 - 2006
U.S. Fish and Wildlife's Services National Survey of Fishing, Hunting, and Wildlife associated Recreation (2011) *	<i>U.S. Fish and Wildlife's Services National Survey of Fishing, Hunting, and Wildlife associated Recreation</i> (česky: Americký národní průzkum o rybaření, lovu a rekreaci v divočině)	dospělí nad 16 let, kteří rybařili, lovíli nebo pozorovali divočinu v USA (48 600 domácností)	ano	telefonické rozhovory	statistická analýza dat z telefonických rozhovorů a porovnání aktuálních dat (2011) s daty staršími (2006)	ne	nárůst počtu lovců, rybařů a pozorovatelů divočiny mezi lety 2006 - 2011

Věchtová (2016) Úbytek kontaktu s venkovním prostředím v soudobých západních společnostech

27

VÝZKUMY Z VENKOVNÍHO PROSTŘEDÍ (angl. outdoor) a PŘÍRODY (angl. nature)							
Hofferth a Sandberg (1991) ?	<i>Changes in American children's time, 1981-1997</i> (česky: Proměňující se způsob trávení času u amerických dětí, 1981 - 1997)	děti 3 - 12 let; rok 1981 (N=222), rok 1997 (N=2119)	rok 1981 - ne rok 1997 - ano	vyplňování dotazníku (časového dílče)	obsahová analýza dat pomocí kódování	ne	mírný nárůst množství času ve venkovním prostředí v roce 1997 oproti roku 1981
Clements (2004) ?	<i>Investigation of the state of outdoor play</i> (česky: Výzkum o stavu hry ve venkovním prostředí)	matky s dětmi nespécifikované věkové kategorie; (N matek = 830)	ne	vyplňování dotazníku	analýza vyplněných dotazníků	ne	pokles množství času venku u dětí v porovnání s jejich matkami
Gordell (2009) *	<i>The Latest on Trends in Nature-based Outdoor Recreation</i> (česky: Nejnovější trendy v oblasti rekreace v přírodě)	děti a dospělí nespécifikované věkové kategorie, kteří se účastnili nabízených venkovních aktivit	ano	práce s již existujícími studii	metaanalýza	ne	nárůst množství času tráveného některými i venkovními aktivitami mezi lety 2000 - 2007
Hofferth (2009) *	<i>Changes in American children's time (česky: Proměňující se způsob trávení času u amerických dětí)</i>	děti 6 - 12 let; rok 1997 (N = 1448); rok 2003 (N = 1343)	ano	vyplňování dotazníku (časového dílče)	obsahová analýza dat pomocí kódování	ne	pokles množství času ve venkovním prostředí v roce 2003 oproti roku 1997
Larson a kol. (2011) *	<i>Children's Time Outdoors: Results and Implications of the National Kids Survey</i> (česky: Doba, kterou děti tráví ve venkovním prostředí: Výsledky a implikace národního dětského průzkumu)	děti 6 - 19 let; (N domácností s dětmi = 1450)	ano	telefonické rozhovory	analýza telefonických rozhovorů	ano	konstantní doba nebo mírný nárůst množství času ve venkovním prostředí mezi lety 2007 - 2009
The Outdoor Foundation (2014) *	<i>The Outdoor Participation Report 2014</i> (česky: Zpráva o venkovních aktivitách 2014)	sedmici od 6 let (N = 7 528)	ano	vyplňování dotazníku	analýza vyplněných dotazníků	ne	pokles množství času tráveného venkovními aktivitami v roce 2013 oproti roku 2012

*

Věchtová (2016) Úbytek kontaktu s venkovním prostředím v soudobých západních společnostech

28

VÝZKUMY ZE ZELÉNĚ (angl. greenery)							
Karsten (2006) ?	<i>Is All Used to be Better? Different Generations on Continuity and Change in Urban Children's Daily Use of Space</i> (česky: Bývalo lépe? Pohled různých generací na stálost či proměny v dětském využití městského prostředí).	děti a dospělí	ne	kvalitativní analýza dat; odhad na základě výsledků osobních rozhovorů	osobní rozhovory	ne	současná mladá generace pobývala venku méně než ta starší v dětství
Wright (2004) ?	<i>An historical analysis of young people's use of public space, parks, and playground in New York City</i> (česky: Historická analýza způsobu, jakým mladí lidé využívají veřejný prostor, parky a hřiště v New Yorku)	děti a dospělí (N= 23)	ne	kvalitativní analýza dat; odhad na základě výsledků osobních rozhovorů	osobní rozhovory	ne	současná mladá generace pobývala venku méně než ta starší v dětství

Věchtová (2016)

Úbytek kontaktu s venkovním prostředím v soudobých západních společnostech

29



Závěrečná zpráva z výzkumu, 5. května 2016
Nadace Proměny Karla Komárka

**nadace
proměny**
nadace Karla Komárka

www.nadace-promeny.cz/cz/vyzkum.html

30

Pouliční typ		nejčastěji: věk 13–15 let rodič ZŠ nebo vyučený nejvíce času u obrazovek	nejčastěji: věk 7–9 let rodič VŠ nejméně času u obrazovek	Víkendový typ	
celkem hodin za všední dny	celkem hodin o víkendu			celkem hodin za všední dny	celkem hodin o víkendu
2:15	1:10	na zahradě nebo dvorku		2:54	2:30
1:32	0:29	na hřišti		2:34	0:52
1:06	0:25	v parku		0:34	0:19
0:08	0:22	v přírodě		0:33	2:29
3:50	0:55	na ulici		1:20	0:39
8:51	3:21	celkem venku		7:55	6:49
3:29	1:57	celkem v zeleni zahrada/dvorek + park + příroda		4:01	5:18

31

shrnutí

- › příjemné překvapení?
- › několik ALE:
 - › významné rozdíly mezi různými skupinami dětí
 - › značný rozdíl v ročních obdobích
 - › málo času venku ve srovnání s médii
 - › málo času venku ve školách

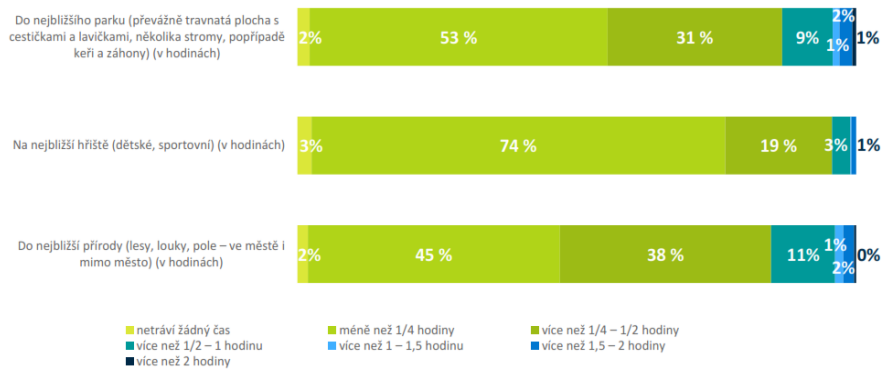
32

bariéry kontaktu s přírodou

- › **obavy z dopravy**
Hillman, Adams, Whitelegg, 1990; Hillman, Adams, 1992; Gleave, 2010
- › **nebezpečí od „stranger danger“**
Pyle, 2002; White, 2004; Clements, 2004; Veitch, Salmon, Ball, 2010
- › **přestrukturovaný volný čas**
Hofferth, Sandberg, 2001; Hofferth, Owens, 2001; Louv, 2008; Hofferth, 2009
- › **média**
Pergam, Zaradic, 2007, 2008; Strasburger, 2007
- › **pocity nepohodlí (počasí) a štítivost v přírodním prostředí**
The Nature Conservancy, 2011
- › **netolerance k dětským pouličním hrám a pokřikování**
Gleave, 2010; Bringolf-Isler et al., 2010
- › **venku chybí kamarádi**
Gleave, 2010

33

Jak daleko to mají rodiny do parku, na hřiště a do přírody?



34

proč být venku ?

35

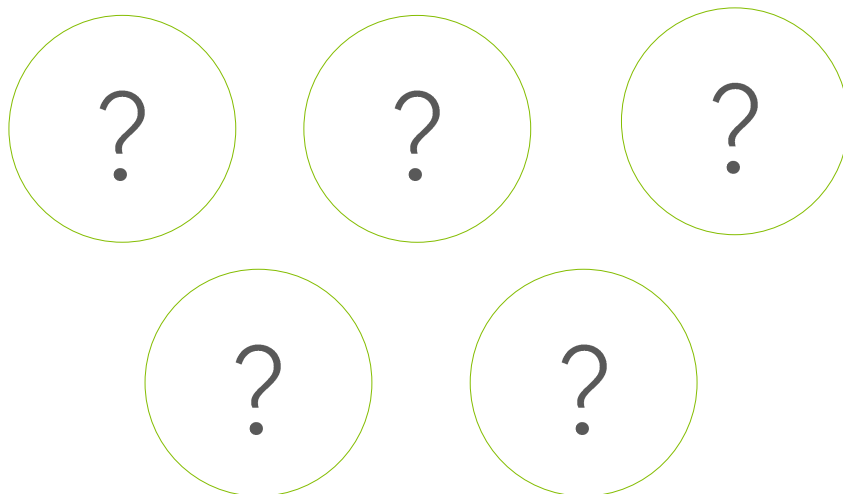


36

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)

37



38



39



motorika
kondice

40



adaptace na přírodní podmínky

41



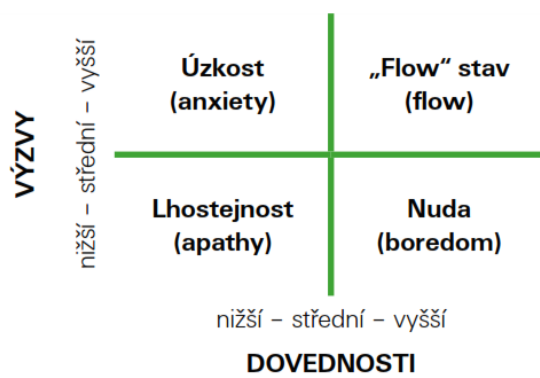
42

adaptace
na přírodní
podmínky

zkušenosti
s přírodou



43



Čtyřkanálový model kontaktu s přírodním prostředím (podle Clayton, Myers, 2009: 134)

44



45



**snižování
stresu**

46

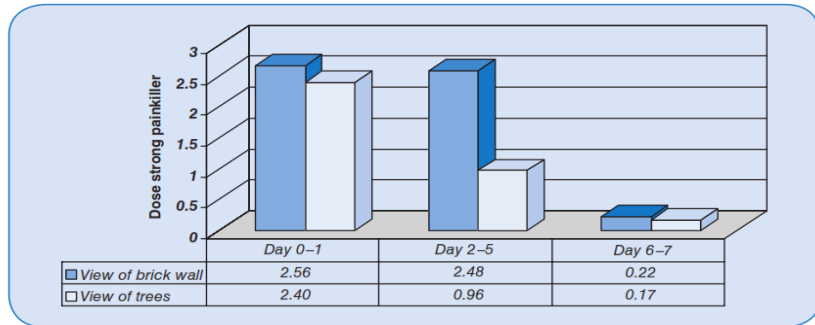
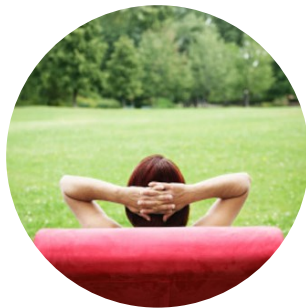


Figure 5.1 Intake of doses of strong painkillers among patients recovering from gallbladder surgery in rooms with a view of nature or a view of a brick wall.
Adapted from Ulrich (1984).

47



**snižování
kognitivní
únavy**

48



ATTENTION RESTORATION THEORY
Teorie obnovy pozornosti

Kaplan, Kaplan (1989), Kaplan et al. (1995)

Řízená pozornost se může vyčerpat (mental fatigue),
 odpočinout si lze v prostředí, které skýtá:

- + fascinaci
- + být pryč
- + rozsah prostředí
- + kompatibilitu prostředí

49



zdraví

50

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

51

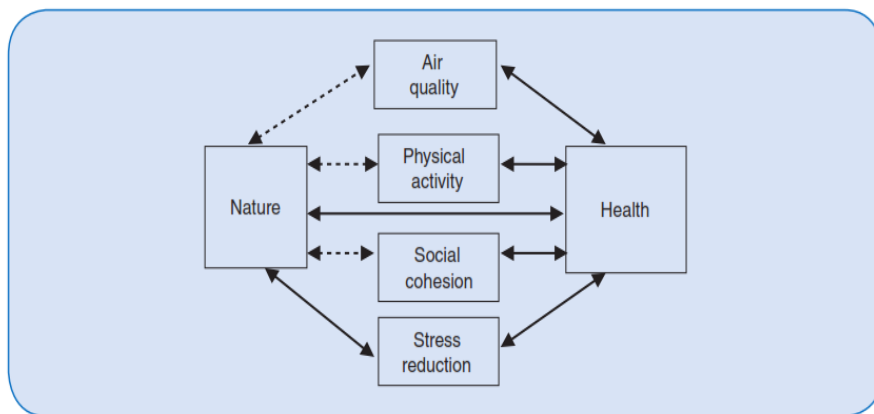


Figure 5.2 Schematic representation of relationships among nature, health, and underlying mechanisms. Solid lines represent established relationships; dashed lines represent weaker or inconsistent relationships.

+ vitamín D + mikroorganismy

52



53



potřeba kontaktu s přírodou?

estetický postoj k přírodě?



etický postoj k přírodě?



environmentální vědomí?

54

ambivalentní prožívání divoké přírody

- › setkání s divokými zvířaty
- › konfrontace se silou přírody (bouře, zemětřesení)
- › být něčím zaplaven (velikost lesa)
- › dezorientace (bloudění)

Van den Berg, Ter Heijne (2005)

55



CHAPTER OUTLINE

6.1 INTRODUCTION 58	Perceptual fluency account 62
6.2 RESTORATIVE ENVIRONMENTS RESEARCH 58	Connectedness to nature 62
Stress recovery theory 59	Micro-restorative experiences and restorative effects 63
Attention restoration theory 60	6.5 APPLICATIONS AND IMPLICATIONS 64
6.3 THE EVOLUTIONARY ORIGINS OF RESTORATIVE NATURE EXPERIENCES 61	6.6 SUMMARY 65
6.4 RECENT THEORETICAL AND EMPIRICAL DEVELOPMENTS 62	GLOSSARY 65
	SUGGESTIONS FOR FURTHER READING 66
	REVIEW QUESTIONS 66

čtenba na přístě

- › důkladně si na přístě nastudovat kapitulu **Restorative environments**

56

zážitkový (sebe)experiment v přírodě (8 bodů)

Vyberte si jednu z variant:

- a. být dvě hodiny na jednom místě v přírodě, 2x2 metry; nedělat nic
 - b. jít bosí na výlet (aspoň hodinový)
 - c. půl hodina v dešti, nechat se zmoknout/promoknout
 - d. téct jako voda: najít si vyvýšené místo v krajině a každý krok dělat po největší spádnicí dolů... čekat, kam vás to dovede
 - e. lehnout si pod korunu stromu (karimatka) a hodinu se na ní dívat
 - f. vykoupat se v přírodě v tekoucí vodě
 - g. nasbírat dříví v přírodě, zapálit sirkou (nebo ještě přírodněji), upéct si jablka nebo brambory a u ohně si je sníst
 - h. sedět 5 hodin u obrazovky (počítač, TV, cokoliv)
 - i. najít výzkumnou studii po roce 2012, která se zabývá buď ověřování Attention Restoration Theory nebo Stress Recovery theory; popsat, jakým způsobem byla ta studie realizovaná, k jakým závěrům dospěla a jaká jsou její slabá místa
- › U všech variant: **nejpozději do pondělí 14. října do 12:00** prosím zachyťte, co jste prožívali, **tady**.

57

sebezkušenostní půst od médií (dalších 8 bodů)

- › Jeden den se vyhněte veškerým médiím. Žádný internet, žádné sociální sítě či e-mail, žádné elektronické hry, žádné písničky, žádný rozhlas či TV. Pokud nepůjde o neodkladné věci, raději nikomu nevolejte. Vyhněte se pokud možno počítači, pokud do příštího pondělí najdete den, kdy to jde – pokud to nejde, udělejte na něm jen to nejnnutnější, ani o sekundu víc (tzn. napsat úkol, už dne sjíždět sociální sítě nebo zprávy).
- › **Nejpozději do pondělí 14. října do 12:00** prosím zachyťte, co jste prožívali, **tady**.

58