

# Základní teorie zahradní terapie

**Výběrový kurz Úvod do zahradní terapie, 29. 3. 2019, VOŠ Jabok**

**Eliška Hudcová**

# Teorie

- Myšlenkově uspokojivý celkový výklad příčin a souvislostí jevů určité oblasti, který lze ověřovat, či vyvracet, a to buď logicky, nebo experimentem – zkušeností. (Sokol)
- Soubor tvrzení o předmětu výzkumu, která považujeme za pravdivá. (Wikipedie)
- Teorie je základním kamenem vědeckého poznání, každá výpověď, ale i experiment a měření, vychází z určité teorie. Bez ní bychom nevěděli, co měřit a jak výsledek interpretovat.







# Savanová hypotéza, Orians, 1980

- Evoluční psychologie, preference krajiny
- Otevřená krajina s vodou, vysokými stromy a velkými savci (africká savana) v průběhu lidské evoluce
- Podobně parky, travnaté plochy, stromy
  - Přehlednost - pocit bezpečí
  - Zajištění potravy
  - Voda
  - Úkryt

# Place identity theory, Proshansky a kol., 1983

- Environmentální psychologie
- Koncept „připoutání k místu“
- Tvorba identity jako sociální konstrukt odvislý od:
  - komunity, sdílených norem,  
historickému determinismu,  
kultury, jazyka, příbuzenství,  
genderu, sociální třídy, etnicity,  
krajiny

# Hypotéza biofilie, Wilson, 1993

- Biofilie jako vrozená náklonnost k živým organismům
- Komplexní pravidla chování osvojená a geneticky zakódovaná (není instinkt)
- Náklonnost i fobie, pozitivní i odmítavé emoce i reakce
- Odpoutá-li se člověk od přírody, nejsou biofilní pravidla nahrazena
- V roce 2014 žilo 54% světové populace ve městech oproti roku 1950 kdy zde žilo jen 30%. Podle OSN by do roku 2050 mělo ve městech žít až 66% lidí.

# Attention restoration theory, Kaplan, Kaplan, 1983

- Pozornost vědomá – zaměřená x bezděčná – nezaměřená
- Zaměřená pozornost spotřebovává energii – duševní únava – příroda jako médium regenerace, pozorování bez dalších energetických zdrojů (obnova)
  - Fascinace (mírná a silná)
  - Odpoutání se (časové i prostorové, odstup od všedního dne)
  - Šíře /rozsáhlost (paleta a komplexita dojmů)
  - Kompatibilita / slučitelnost (soulad s potřebami člověka)

# Psycho evoluční teorie, Ulrich, 1983

- Regenerační a protistresová funkce přírody
- Vizuální vnímání přírody, vrozené reakce na přírodní prvky mají fyziologickou odpověď, dopad na emocionalitu, kognici, fyziologii, chování
- Stresové indikátory při pozorování přírody nahrazovány pozitivními pocity
- Výzkumy postoperačního zotavování (1972-1981)



# Information-processing theory, Kaplan a Kaplan, 1989

- Krajina zajišťuje přežití
- Sbírání informací, spojování, propojování a zapamatování – zvýšení šance na přežití
- Přehledné krajiny snazší zapamatování upřednostňovány
  - Komplexita: různorodost prvků, ale ne extrémní
  - Koherence: symetrické uspořádání prvků, rozeznatelnost
  - Čitelnost: pochopitelné a zapamatovatelné struktury, identifikovatelnost, interpretace a významnost, orientace
  - Záhadnost: zvědavost a zájem, příslib dalších informací, ale ne extrémní