

# ZAKLADNÍ TEORIE ZAHRADNÍ TERAPIE

Úvod do zahradní terapie, 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, 2010)
- 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.

# 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.



# Teorie obnovy pozornosti, 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)*



# Teorie zpracování informací, Kaplan a Kaplan, 1989

- Krajina zajišťuje přežití
- Sběrání 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*

# 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)



# 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*







# 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*

