

Trochu jiná předmluva 7

1 Na začátek: Trocha historie 15

Jak se zvířata a lidé navzájem našli 16

2 Čtyřnozí vychovatelé 37

Táhne nás to dovnitř 38 • Síť života 39 • Proč je příroda pro děti tak důležitá 40 • Zvířata jako partneři 44 • Zvířecí přátelství 48 • Bezpodmínečné přijetí 50 • Zvířata dokážou utěšit 52 • Zvířata podporují empatii 53 • Učení se zvířaty 57 • Zvíře jako vzor 58 • Vědecky ověřeno 60 • Biofilní děti 61 • Onemocnění kvůli nedostatku přírody 62 • Nejsou zvířata nebezpečná? 65 • Máme si teď okamžitě pořídit zvíře? 68

3 Zdravější život díky zvířatům 73

Zdravé srdce díky našim nejlepším přátelům 74 • Příroda, biofilie a šťastný život 87 • Síla hormonů 125 • Nižší náklady na léčbu díky zvířatům 127 • Pes, kočka nebo kuň? 129 • Zvířata a stáří – jde to dohromady? 132 • Vedlejší účinky 138

4 Psi jako pomocníci 149

5 Zvířata a terapie 157

Zvířata jako terapeuti – základy 157 • Co dokáže pes a osel, a co nedokáže lékař? 165 • Úspěšnost zvířecí terapie 220

- 6 Delfíni, co zachraňují životy? 235**
New Age 236 • Terapie s asistencí delfínů 238 • Možná vysvětlení 239 • A co na to věda? 243 • Stinné stránky 245
- 7 Hospodářská zvířata jako brána do světa 249**
Povzbuzení od tvrdohlavých oslů 250 • Setkání s miniprasátkou 254 • Součástí stáda ovcí 257 • Hranice nastavené drzými kozami 258 • Procvičování trpělivosti se slepicemi 260 • Klid krav 262
- 8 Předpoklady pro účinnou terapii se zvířaty 265**
Zvířata nedokážou zázraky 267 • Sedm klíčů k léčivému účinku 267 • Žádná divoká zvířata! 272 • Raná socializace 275 • Zvířata ze záchranné stanice – ano, nebo ne? 276 • Správná příprava 277
- Trochu jiný závěr 279**
- Doslov 283**
- Poděkování 285**
- Důležité zdroje informací 289**
- Poznámky a zdroje 291**