

Obsah

Úvod	7
Terapeutická příroda	15
Zapomnění přírody	18
Dopady přírody na zdraví člověka	24
Shrnutí	47
Terapeutická chůze	53
Chůze jako terapeutická činnost	57
Shrnutí	67
Terapie s přírodou	69
Modely terapie	69
Shrnutí	86
Ekopsychologie a ekoterapie	89
Terapie divočinou	100
Lesní terapie, šinrin-joku	104
Zahradní terapie	109
Eko-arteterapie	115
Shrnutí	120
Psychoterapie v přírodě	121
Přírodní metafory v psychoterapii	126
Terapeutický vztah a prostředí	136
Moc	144
Metaanalýza	148
Shrnutí	151

Praktické body	155
Nároky na terapeuta	168
Závěr	171
Poděkování	177
Cvičení	179
Skupinová cvičení	202
Použitá literatura	209