

# Obsah

<b>Úvod</b> . . . . .	7
<b>Terapeutická příroda</b> . . . . .	15
Zapomnění přírody . . . . .	18
Dopady přírody na zdraví člověka . . . . .	24
Shrnutí . . . . .	47
<b>Terapeutická chůze</b> . . . . .	53
Chůze jako terapeutická činnost . . . . .	57
Shrnutí . . . . .	67
<b>Terapie s přírodou</b> . . . . .	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
<b>Psychoterapie v přírodě</b> . . . . .	121
Přírodní metafory v psychoterapii . . . . .	126
Terapeutický vztah a prostředí . . . . .	136
Moc . . . . .	144
Metaanalýza . . . . .	148
Shrnutí . . . . .	151

<b>Praktické body</b> . . . . .	155
Nároky na terapeuta . . . . .	168
<b>Závěr</b> . . . . .	171
<b>Poděkování</b> . . . . .	177
<b>Cvičení</b> . . . . .	179
Skupinová cvičení . . . . .	202
<b>Použitá literatura</b> . . . . .	209