Obsah

Předmluva 7
Úvod: Základy environmentální neurovědy 9

ČÁST PRVNÍ
Krize lidské pozornosti a náš výzkum

Kapitola 1: Lidská povaha 21
Kapitola 2: Krize pozornosti 46
Kapitola 3: Procházka v parku 77
Kapitola 4: Analýza přírody 94

ČÁST DRUHÁ
Příroda na předpis

Kapitola 5: Příroda na předpis jako pomoc s duševním a kognitivním zdravím 137
Kapitola 6: Příroda na předpis jako lék pro tělo 165
Kapitola 7: Příroda na předpis pro kvalitu vztahů 181
Kapitola 8: Příroda na předpis jako lék na žal 193

ČÁST TŘETÍ
Přírodní revoluce

Kapitola 9: Přidat přírodu do svého prostředí 209
Kapitola 10: Příroda a městské plánování 235
Kapitola 11: Děti a příroda 254
Kapitola 12: Budoucnost environmentální neurovědy 271

Poděkování 286
Poznámky 289
Literatura 312
Rejstřík 332